EDIÇÃO 1578 - ANO 31 - Nº 06 - 09/02/2024

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

CARAS

www.caras.com.br

As rainhas de bateria Erika Januza, Paolla Oliveira e Sabrina Sato exaltam a figura feminina e a aceitação da beleza diversa

MUSAS DO CARNAVAL 2024

GRAMMY AWARDS CONSAGRA A SUPERESTRELA TAYLOR SWIFT

O REFÚGIO DE LUCAS RANGEL E LUCAS BLEY EM BH

TOP GISELE BÜNDCHEN SE DESPEDE DA MÃE, VÂNIA

REGINA VOLPATO RETORNA AO SBT: "SÓ FAÇO O QUE QUERO"

Distribuição 100% Gratuita Clube de Revistas

Lançamento

VITALE

Uma verdadeira reciclagem em sua pele

Sua pele no futuro agradecerá esse cuidado vital!

ANNA PEGOVA

PARIS

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

Gel / creme VITALE

Anna Pegova lança um rejuvenescedor que impulsiona o mecanismo de Autofagia para reciclar e recriar novas células. Com potentes antioxidantes sinergicamente ativos, modula 500 genes e combate o estresse oxidativo e o envelhecimento celular.

Ele possui ação preventiva para as peles mais jovens (aumenta a capacidade para resistir aos ataques envelhecedores, prolongando a juventude da pele por mais tempo) e funcional para as 40+ sobre as várias causas e mecanismo do envelhecimento.

Resultados visíveis

- Ameniza manchas e melhora na uniformidade do tom de pele
- Melhora ruga
- Melhora exponencialmente a textura e a hidratação
- Melhora firmeza

CIAP: 0800-1313450 | www.annapegova.com.br

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

Vinhos que expressam a versatilidade dos terroirs italianos.

Emília-Romagna

Emília-Romagna é uma região rica e fértil do norte da Itália e uma das regiões vinícolas mais prolíficas do país. É conhecida por suas cidades medievais, rica gastronomia e resorts à beira-mar. A herança vitícola da Emília-Romagna remonta ao século VII aC, classificando-a entre as regiões vinícolas mais antigas da Itália.

Puglia

Puglia é uma região do sul que forma o "calcanhar" da Itália, é conhecida pelas cidades serranas com casas caiadas, pelos campos agrícolas centenários e pelas centenas de quilômetros de costa mediterrânea. A região é responsável por quase metade da produção total de azeite de oliva da Itália e tem uma reputação de longa data como uma fonte prolífica de vinho.

SUSUMANIELLO SALENTO
I.G.T. - TORRI D'ORO

LA BARBONA
GUTTURNIO SUPERIORE D.O.C.
IL POGGIARELLO

CARAVAGGIO ROSSO EMILIA
I.G.T. - ROMAGNOLI

PRIMITIVO DI MANDURIA
D.O.C. - MANIERI

IMPORTAÇÃO EXCLUSIVA:

www.laretuseo.com.br

19 99984 5939

17 99731 5419

laretuseo

atendimento@laretuseo.com.br

BEBA COM MODERAÇÃO - VENDA PROIBIDA PARA MENORES DE IDADE.

L'aretuseo®

100% prodotto italiano

WAKE CC

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

GETTY IMAGES

"Eu irei pelas tuas ruas,
Cantando e dançando…
E lá, onde ninguém se reconhece,
Ninguém saberá quem sou,
À luz do teu Carnaval…

Modela a minha máscara!
Veste-me essas roupas!"

* **Cecília Meireles** (1901-1964) foi expoente do Modernismo brasileiro e uma das maiores poetas do País.

TV CARAS | Entrevistas, tutoriais, making of e eventos totalmente exclusivos

CLUBE DE

REVISTAS

Entre em nosso grupo no Telegram t.me/clubederevistas

Clique aqui!

Tenha acesso as principais revistas do Brasil de forma gratuita!

Distribuição gratuita - Clube de Revistas

DESTEMIDA, REGINA
PRESTES A ESTREAR ATRAÇÃO NO

por **Tamara Gaspar**

Autenticidade é uma característica que sobressai na personalidade de **Regina Volpato** (55), traço conquistado com o passar dos anos e autoconhecimento. *"Demorou um tempo para ser quem sou, mas hoje, sou exatamente quem queria ser! Vivo a vida que sempre sonhei, sou tranquila e também bocuda, mas aos olhos dos outros, pois só falo o que penso e só faço o que quero, é um privilégio!"*, afirma ela, em contagem regressiva para a estreia do *Chega Mais*, nova atração do SBT, que comandará com **Michelle Barros** (44).

"Eu só falo o que eu penso e só faço o que eu quero, isso é um grande privilégio."

É essa mesma Regina, livre, leve e solta, que também viraliza nas redes sociais — são mais de 1 milhão de seguidores — ao dar sua opinião sobre relacionamentos ou postar uma foto 'lacradora' de biquíni. *"O que me irrita é: sempre acontece isso quando estou com um biquíni velho! (risos) Não sei se vivo em uma bolha maravilhosa, mas só recebo elogios! E adoro!"*, avisa ela, que também acaba de estrear o *videocast O Amor na Influência*, da Amazon Music, ao lado do ator

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

VOLPATO MERGULHA EM NOVOS DESAFIOS

SBT, ELA DÁ EXEMPLO DE EMPODERAMENTO, BOM HUMOR E ATITUDE

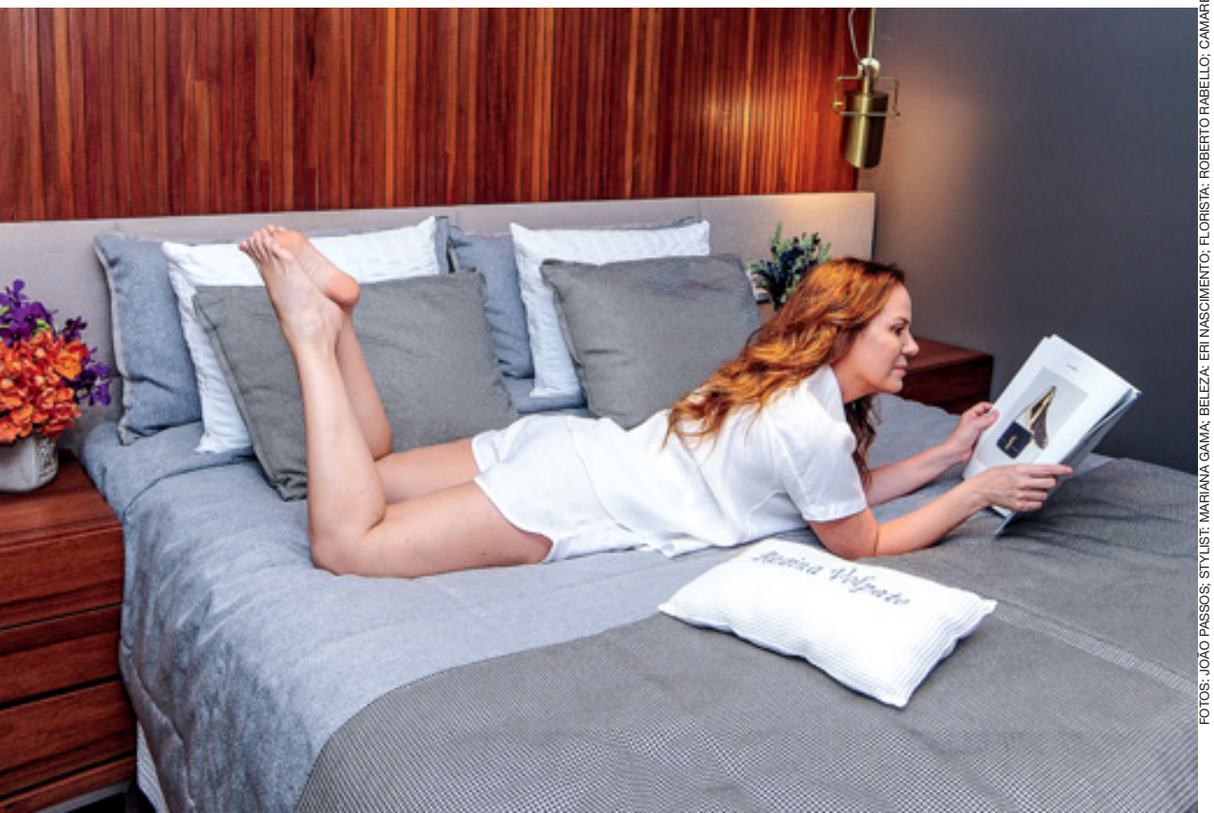
Ao lado da pet Odessa, Regina abre seu apto, em SP, e festeja volta à tela do SBT no próximo mês. Ela tem estilo único e ousado até na cozinha!

Distribuição 100% gratuita - Acervo de Revistas

"Os medos vão existir, mas toda mulher tem que ser independente."

Na área externa, Regina tem até pé de jabuticaba, para alegria de Agatha, sua pet, e Odessa, pet da filha, Rafaela, que passa férias na casa da 'avó'.

A herdeira, aliás, não mora com a mãe. Ela vive na Eslovênia. Regina iniciou carreira no entretenimento em 2004, no programa *Casos de Família*, do SBT.



FOTOS: JOÃO PASSOS; STYLIST: MARIANA GAMA; BELEZA: ERI NASCIMENTO; FLORISTA: ROBERTO RABELLO; CAMAREIRA: VANESSA ARAÚJO; AGRADECIMENTOS: ARQUITETO NELSON KABARITE

Gabriel Santana (24). *"É um desafio, porque nunca apresentei nada nesse formato"*, festeja ela, que abriu as portas de seu lar paulistano com exclusividade para CARAS.

– Ansiosa para voltar ao SBT?

– Estreia é sempre estreia e será diferente, porque é uma atração nova em um horário que não é tradição da emissora. É um programa longo, serão quatro horas diárias, a gente vai ter de tudo.

– Você estará no ar no mesmo horário que apresentadoras consagradas no matutino, como Ana Maria Braga, Ana Hickmann...

– Elas estão ali há muito tempo e são muito boas! Entendem a conversa com sua audiência, então, é um desafio, mas acho legal. Que a gente se consolide de manhã, de tarde e de noite e acostume a ver mulheres em todos os horários e em todos os canais.

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

Solteira, ela não se vê em uma relação. Idade não é tabu, nem questão para a apresentadora. O novo programa é a grande aposta do SBT para 2024.

– Você é jornalista. Imaginava que seguiria no entretenimento?

– Comecei a carreira como repórter e jamais pensei nisso. Hoje, diria que é tendência e até desejo, porque o jornalismo suga a gente. Lógico que tem pessoas que gostam, mas o *hard news* me sugava.

"Modéstia à parte, eu tenho engajamento admirável nas minhas redes sociais."

Quando recebi a proposta para ser apresentadora descobri que não sabia fazer aquilo, mas também descobri que podia aprender.

– Ao longo desses anos na TV, quais mudanças destaca?

– Hoje, sou mais leve e solta, porque tenho a tranquilidade que, se eu errar, está tudo bem. Antes, cabelo, figurino, tudo era rígido e as redes sociais deixaram as coisas mais leves, mais próximas da vida normal, além de dar liberdade para quebrar protocolos que antes eram inquestionáveis na TV, ficou tudo mais humanizado.

– Sofreu com tais protocolos?

– Como sempre fui dentro de um padrão, nunca senti muito, mas pegavam no pé por conta do meu cabelo. Pediam para alisar, amarrar, mas não sentia isso como censura, a gente nem questionava. Quer fazer parte do jogo? Jogue!

– Sempre foi bem resolvida com sua imagem?

– Vou fazer 56 anos, mas essa coisa da idade não faz sentido para mim e nunca tive crises. Faço todos os procedimentos e, até agora, acho que eu tive bom senso. Não

Distribuição Gratuita - Clube de Revistas

Na cozinha, Regina se diverte durante ensaio e diz gostar de pôr a mão na massa. Ela acaba de estrear um *videocast* ao lado de Gabriel Santana.

quero ter outra cara, quero ter a melhor cara dentro da minha idade. E me cuido por dentro, com uma boa alimentação, exercícios, cuido da cabeça, dos pensamentos, das amizades...

– Você diz ser bocuda aos olhos das pessoas. Isso já te atrapalhou?

– Até hoje! Porque para algumas pessoas soa como frieza, falta de cuidado. Sinto que preciso dar trato às bolas para falar o que acho. Não por mim, mas pelo outro, isso tudo é relacionamento.

– Por falar em relacionamento, tem vontade de namorar, casar?

– Não tenho vontade. Primeiro que a gente olha ao redor e o ânimo não vem! Segundo porque estou muito envolvida com minhas coisas e não quero deixar de fazer nada. Só faço o que eu gosto.

– Chegaram a te chamar de Guru dos Relacionamentos. Com nasceu esse seu interesse?

– Eu não sou médica, não sou psicóloga, não sou advogada, só queria saber sobre as pessoas. Me manda sua pergunta que eu falo o que acho. A demanda para o autoconhecimento é grande. As pessoas se afastam do autoconhecimento, miram no relacionamento e vira essa confusão!

– Sempre foi essa mulher forte, independente e de convicções?

– Os medos vão existir e as consequências virão, mas toda mulher tem que ser independente. Já as convicções sempre existiram, mas poder exercê-las eram outros 500! Foi uma conquista da minha geração, que veio com o tempo e os erros.

“Acreditava cegamente nas pessoas. Hoje, para ter a minha confiança é diferente.”

– Você não teve medo, por exemplo, de pedir demissão da TV Gazeta, ano passado...

– Pedi demissão por conta da proposta de redução de salário. Saí sem emprego e não queria ter um ano sabático ou férias, precisava trabalhar. Foi aí que veio o convite do SBT e foi um presente!

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

“A fama não existe. Ela está só na cabeça das pessoas.”

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

FOTOS: RODRIGO LOPES

ATRIZ MARIANA XAVIER ABORDA SAÚDE MENTAL NOS PALCOS

COM SUA ALEXANDRA MARTINS, ANTONIO FAGUNDES PRESTIGIA A PEÇA

De volta aos palcos, a atriz **Mariana Xavier** (43) abusa de todo seu bom humor e leveza para falar de um assunto para lá de importante: a saúde mental. Em cartaz com o espetáculo *Antes do Ano Que Vem*, no Rio, ela interpreta sete personagens que buscam auxílio emocional em uma central de telefone. *"É o maior orgulho da minha carreira... um trabalho guiado pelo afeto, que está transbordando do palco e chegando ao coração de quem nos assiste"*, avaliou ela. Na plateia, Mariana contou com presença ilustre do ator **Antonio Fagundes** (74) e sua eleita, **Alexandra Martins** (45). *"Que honra ter o Antonio Fagundes na minha plateia! A menina de 9 anos que sonhava em ser atriz está explodindo de alegria aqui dentro do meu peito"*, declarou Mariana.

CONQUISTAS DE CHARLIE WILSON

INCENTIVO E APOIO DE SNOOP DOGG

Ex-vocalista da The Gap Band, o cantor e compositor **Charlie Wilson** (71) ganhou uma estrela na calçada da fama, em Hollywood. *"Esta estrela representa não apenas a minha jornada, mas o poder da resiliência, da minha fé e do apoio inabalável daqueles que acreditam em você"*, declarou o artista, emocionado. Na ocasião, ele recebeu o carinho de amigos como **Snoop Dogg** (52). "*Ter alguém como você para permanecer na minha vida e estar lá para mim e minha família significa muito para mim, Charlie"*, disse o rapper, ao lado de sua eleita, **Shante Broadus** (52). *"Ainda não tenho palavras para descrever a alegria de estar nessa calçada. Eu me sinto lisonjeado com isso"*, falou Charles.

GETTY IMAGES

AMANDA ROD

JP VERGUEIRO NA FOLIA

ELE PILOTA CARNAVAL NA TV

No comando dos programas *Linha de Combate* e *Brasil Urgente Rio*, ambos da TV Band, **JP Vergueiro** (41) tem um novo desafio em sua carreira. Na emissora, ele vai transmitir os desfiles das escolas da Série Ouro do Rio. *"É uma honra poder ancorar uma transmissão dessa importância. Ansioso!"*, entregou o jornalista e apresentador.

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

BRILHO DE MIGUEL ÂNGELO
INSPIRAÇÃO PARA TURMA JOVEM

Protagonista de A *Infância de Romeu e Julieta*, do SBT, o ator **Miguel Ângelo** (12) tem sido motivo de inspiração para muitas crianças que almejam trilhar caminho na arte. *"Me sinto muito honrado em poder mostrar que podemos"*, disse.

JORDAN VILAS

AGNEWS

DIA DE PRAIA E BATE-PAPO
PATRÍCIA RAMOS E GIO LANCELLOTTI

O que tem de melhor do que curtir dia de sol em boa companhia? Radiante, a influenciadora digital **Patrícia Ramos** (24) se divertiu ao lado da atriz **Giovanna Lancellotti** (30) em uma praia do Rio. *"Dias gostosos e ensolarados"*, resumiu Patrícia, que acaba de assumir estar em um novo relacionamento. Em 2023, a influenciadora terminou o casamento e denunciou o ex-marido por agressão.

FOTOS: GETTY IMAGES

SUSTENTABILIDADE PROMOVE NOITE NOBRE
GRANDES ESTRELAS SE UNEM EM PREMIAÇÃO ANUAL

Após o atraso de alguns meses por conta da greve do sindicato dos atores de Hollywood, a 33ª gala anual da Environmental Media Association, a EMA, reuniu um time de grandes estrelas para reconhecer as produções do cinema mais ligadas às causas ambientais e também à sustentabilidade. Uma das homenageadas da noite, a atriz **Laura Dern** (56) celebrou o evento ao lado de **Michelle Pfeiffer** (65) e **Sheryl Crow** (61). Ativista ambiental, a veterana **Jane Fonda** (86) fez discurso. *"Nada vai interferir em meu posicionamento ambiental"*, avisou a atriz.

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

A SAÚDE DE CHARLES III

APÓS CIRURGIA, REI SE MOSTRA OTIMISTA

Para alívio dos súditos, o rei **Charles III** (75) recebeu alta hospitalar após passar por uma cirurgia de próstata, em Londres, na Inglaterra. Acompanhado de sua **Camilla Parker Bowles** (76), o monarca deixou o local sorridente e caminhando. *"Obrigado a todos aqueles que enviaram seus votos de boa sorte durante a internação"*, destacou o soberano, que decidiu tornar público seu estado de saúde para dar exemplo à população. *"Tal como acontece com milhares de homens todos os anos, o rei tem procurado tratamento para o aumento da próstata. Sua Majestade está encantada com o fato de o diagnóstico ter um impacto positivo na sensibilização para a saúde pública"*, explicou o Palácio de Buckingham.

"Obrigado a todos aqueles que enviaram seus votos de boa sorte." ***(Charles)***

Discretos, os Windsor não têm por tradição dar detalhes de sua saúde, tanto que **Kate Middleton** (42), que recentemente ficou internada no mesmo hospital que Charles, passou por cirurgia abdominal e manteve as causas do procedimento em sigilo.

Em Londres, Charles deixa a London Clinic ao lado de sua Camilla após passar por cirurgia de próstata. O rei quis encorajar os homens ao tornar público o seu problema de saúde.

FOTOS: GETTY IMAGES

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

By Clara Brasil

para mulheres
que investem
na beleza

confira no site:

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

LUXO E POMPA NO BANQUETE

REIS DA SUÉCIA RECEBEM O PRESIDENTE FRANCÊS,

FOTOS: GETTY IMAGES

Com direito a todos os protocolos e honras de Estado, o presidente francês, **Emmanuel Macron** (46), e sua amada, **Brigitte Macron** (70), aterrissaram em Estocolmo, capital da Suécia, para viagem oficial de dois dias ao país. Além da agenda política e reuniões bilaterais, a visita teve como ponto alto banquete orquestrado pelos reis **Carl XVI Gustaf** (77) e **Silvia** (80), da Suécia. *"As boas relações entre os dois países são antigas, tanto por meio de colaborações quanto pelos laços familiares da Casa Real. Trabalhamos juntos nestes dias para aprofundar e desenvolver a amizade e a cooperação entre os nossos países da melhor maneira possível"*, discursou o soberano, durante o jantar.

> **"As boas relações entre os dois países são antigas e fortes."**
> ***(Carl XVI Gustaf)***

O menu, aliás, era de dar água na boca e incluiu lombo de bacalhau com ragu de mexilhões e salsa, terrine de couve-flor, brócolis, endro e *jalapeño*, perna de rena refogada, além do *black pudding*, uma espécie de chouriço de sangue de porco. *"Obrigado pela recepção calorosa. Viva a amizade entre Suécia e França!"*, agradeceu Macron.

Antes do banquete, a primeira-dama francesa e a rainha se

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

DE CARL XVI GUSTAF E SILVIA
EMMANUEL MACRON, E SUA BRIGITTE NO PALÁCIO

Em Estocolmo, Silvia e Carl ladeiam Brigitte e Macron, no Palácio Real. Presidente francês faz discurso. Rei e político revistam a guarda. Silvia e Brigitte visitam projeto.

juntaram para conhecer projetos sociais, entre eles, o Barnahus, que atende crianças suspeitas de serem vítimas de crimes, e a Friends Foundation, entidade criada em 1997 e cujo objetivo é combater o *bullying* nas escolas e em ambientes virtuais.

Enquanto isso, Macron e o rei visitaram um centro de pesquisas que desenvolve um acelerador de partículas, além de uma fábrica especializada em produção de aço livre de poluentes. "*A França é o país da Europa que mais investimentos suecos recebeu nos últimos anos. Os investimentos franceses na Suécia também aumentaram significativamente. Isto é particularmente verdadeiro para a transição verde e o desenvolvimento digital. Desde 2017, Suécia e França têm uma parceria estratégica para inovação e soluções verdes em áreas como cidades inteligentes e saúde*", frisou o rei. "*Precisamos de uma política industrial europeia mais inteligente. Precisamos de mais investimento, mais mercado único e menos regulamentação*", falou Macron, que tem liderado os debates ambientais entre as autoridades europeias.

"Precisamos de uma política industrial europeia mais inteligente." *(Macron)*

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

PAIXÃO DE LAYANE FRADE

SERTANEJA RAIZ, ELA SE ENTREGA AO AGRO

FOTOS: TIAGO ALVES

Apaixonada por cavalos, ela cursou Zootecnia. No interior de Goiás, a jovem gerencia fazenda de gado de corte com ajuda de seu marido.

CARAS COUNTRY

Desde criança, **Layane Frade** (25) cultiva um amor imenso pelo campo. Nascida e criada em Belo Horizonte, a capital mineira, a jovem foi levada ao agro pelas ligações familiares. *"Meu avô paterno e meu padrinho sempre tiveram fazenda. Eu ficava ansiosa pelas minhas férias só para poder ir para a roça"*, relembra ela, aos risos. Com a chegada da maioridade, a escolha por uma profissão não poderia ser diferente: a zootecnia a atraiu. *"Sempre fui apaixonada por cavalos, mas o gado de corte ganhou o meu coração"*, conta.

"Meu amor pelo agro vem de tanto tempo, que eu vivo e quero viver mais tudo isso."

Atualmente, junto do marido, o engenheiro agrônomo **Alexandre Bassegio** (30), ela comanda uma fazenda na cidade de Campo Alegre, no interior de Goiás, onde mora atualmente, gerenciando o gado de corte nas etapas de cria e recria. *"Meu amor pelo agro vem de tanto tempo, que eu vivo e quero viver cada vez mais tudo isso. Não me imagino fazendo outra coisa"*, afirma Layane, que ainda se destaca nas redes sociais com detalhes de sua rotina no campo. *"É importante mostrar a realidade do que está por trás do agronegócio"*, avalia.

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

ZALTSMAN & ALPHAZ

APRESENTAM

LANÇAMENTO

GAIA RESIDENCE

Por uma vida completa em **harmonia com a natureza.**

SERRA DO MAR
CUNHA - BRASIL

Conforto e sustentabilidade em harmonia

Com **145 m² de design consciente,** as unidades do Gaia Residence oferecem espaços abertos, iluminação natural, três quartos com suítes e uma área externa privativa com vista panorâmica, perfeita para apreciar a natureza ao seu redor.

- Área privativa: **145 m²** / Área comum: **289,71 m²**
- **3 suítes**
- **2 vagas de garagem**
- **Sauna**
- **Portaria**

- **Sistema Fotovoltaico**
- **Madeiras com Selo Verde**
- **Compostagem Orgânica**
- **Sistema Biodigestor**
- **Tijolo Ecológico**
- **Captação de Água da Chuva**

aponte sua câmera

PRONTO PARA SE **IMPRESSIONAR?**

GAIARESIDENCE.COM.BR

12 **98264-8777**

O empreendimento localiza-se na Rua Lavapes, nº 7150, Bairro Lavapes, situado no Município de Cunha – SP. O projeto legal do empreendimento encontra-se aprovado na Prefeitura do Município de Cunha - SP, alvará nº 36/2023. Incorporação registrada no R-4 da Matrícula nº 11.731 do Cartório Oficial de Registro de Imóveis da Comarca de Cunha - SP, em 21/07/2023. Todas as imagens e perspectivas artísticas são meramente ilustrativas. Os móveis, equipamentos, utensílios, acabamentos e toda a vegetação são meras sugestões ilustrativas de decoração das áreas comuns, não fazendo parte integrante do contrato. Consulte o Memorial Descritivo para conhecer os itens que serão entregues pela Construtora.

REALIZAÇÃO

ZALTSMAN EMPREENDIMENTOS IMOBILIÁRIOS

ALPHAZ CONCEPT

PROJETO

METRÓPOLE ARQ

3A² Engenharia

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

CARAS

O PRESTÍGIO DE BONI
FAFÁ DE BELÉM FAZ SHOW

Com quase 50 anos de carreira, **Fafá de Belém** (67) volta às origens ao estrear o show *Fafá – A Filha do Brasil*, no Rio, entoando músicas incluídas em trilhas sonoras de novelas. Presente na plateia, **Boni** (88) saudou a cantora junto de sua eleita, **Lou de Oliveira** (62). Quem também prestigiou o show foi a atriz **Betty Faria** (82), que em 1989 protagonizou *Tieta*, novela que fez a canção *Coração do Agreste*, de Fafá, atingir todo o Brasil. *"Amigos queridos! Foi lindo demais"*, celebrou a cantora, que este ano ainda será homenageada pela escola Império de Casa Verde, no carnaval de SP. *"Eu sou uma cantora popular com orgulho"*, afirmou Fafá.

AGNEWS

AGNEWS

RITMO DE ZEZÉ MOTTA
ATRIZ IMPRIME VITALIDADE

Etarismo é palavra que não existe no vocabulário de **Zezé Motta**. Aos 79 anos, a atriz segue com uma agenda profissional bastante agitada. *"Estou viva e com saúde. Vivo de bem com a vida. Não estou morta"*, declarou ela, que se divide entre São Paulo e o Rio.

FOTOS: EVA MARIE UZCATEGUI - FIFA/FIFA VIA GETTY IMAGES

CAFU E KEVIN: COPA 2026
EVENTO DA FIFA DECIDE DATAS

Foi realizado em Miami, na Flórida, o evento para definir as cidades de cada uma das partidas da Copa do Mundo de 2026, que será realizada nos Estados Unidos, Canadá e México. Além do presidente da FIFA, **Gianni Infantino** (53), e de outras autoridades esportivas, o anúncio contou com a presença do ator **Kevin Hart** (44) e do eterno ídolo brasileiro dos gramados **Cafu** (53).

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

VICTORIA BECKHAM PRESTIGIA A NORA, NICOLA PELTZ
OS IRMÃOS BROOKLYN E CRUZ BECKHAM NA ESTREIA DO FILME *LOLA*

Nora da estilista e ex-cantora **Victoria Beckham** (49) e do empresário e ex-futebolista **David Beckham** (48), a atriz **Nicola Peltz** (29) contou com o apoio da família na estreia do filme *Lola*, que aconteceu em Los Angeles, nos EUA. Acompanhado da mãe e do irmão, **Cruz** (18), **Brooklyn** (24) foi aplaudir a amada. Contrariando boatos de uma briga entre as duas, Victoria elogiou a nora. *"Nós não poderíamos estar mais orgulhosos de ti!"*, declarou ela. *"Obrigada por me apoiar esta noite"*, disse Nicola, que usou um look da grife da sogra na *première*.

FOTOS: LISA O'CONNOR/AFP VIA GETTY IMAGES

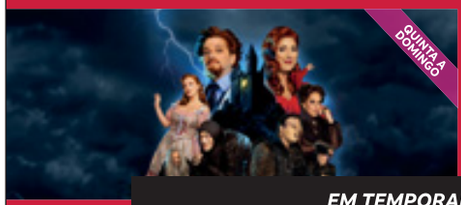
FOTOS: AGNEWS

FÁBIO JR. EMBALA SÃO PAULO
CANTOR FAZ TURNÊ COMEMORATIVA

Para celebrar seus 70 anos de idade, **Fábio Jr.** decidiu dar um presente para os fãs. O cantor segue viajando pelo Brasil com a nova turnê *Bem Mais Que os Meus 20 e Poucos Anos*, que teve passagem arrebatadora pela cidade de São Paulo, com show lotado no Espaço Unimed. Nas novas apresentações, os fãs do eterno ídolo podem conferir todos os seus maiores sucessos que marcaram época e relembrar as canções que já viraram tema da vida de tantos brasileiros. Para manter a vitalidade aos 70, Fábio adora praticar exercícios, em especial corridas matinais. "*Estou me cuidando faz pouco tempo. Sem neura. Tem dias que você acorda para correr e pensa: hoje não. Mas tem que ter essa constância*", pontuou o cantor e compositor em entrevista do fim do ano passado. Diante de tantos anos na estrada, ele admite que não imaginava que chegaria tão longe na carreira. "*Comecei com 12 anos. Com 10, eu já sabia o que queria fazer da vida. Assistia a todos os programas musicais. Depois de* Pai*, me disseram que eu viraria cantor de uma música só. Nunca imaginei que eu chegaria até aqui. Quando eu pensava nos anos 2000, refletia: será que ainda vou estar cantando? Eu tenho muita sorte, sou muito protegido, muito abençoado. Eu me entrego de corpo e alma para tudo. Não tem outro jeito, senão eu fico pela metade*", emendou o astro, que promete fazer o público soltar a voz durante as apresentações!

teatro bradesco
administrado por OPUS

CONFIRA NOSSA
PROGRAMAÇÃO



EM TEMPORADA
O JOVEM FRANKENSTEIN

08 A 11 FEV
VIVALDI
LA STRAVAGANZ

ESTREIA 11 MAR
4 AMIGOS
FILA DE PIADAS

ESTREIA 15 MAR
ILLUSION SHOW:
UMA JORNADA MÁGICA
COM HENRY E KLAUSS

Confira a programação completa nas
redes sociais ou escaneie o QR Code.
TEATROBRADESCO.com.br

Benefício de 50% DE DESCONTO
para clientes Bradesco.
*sujeito a limitação de ingressos.

Patrocínio
bradesco Grupo Zaffari
Apoio
Apoio Cultural
ADRAPI
Administrado por
OPUS

CONSULTE A CLASSIFICAÇÃO ETÁRIA DE CADA EVENTO.
ALVARÁ DE FUNCIONAMENTO LOCAL DE REUNIÃO Nº 2023/01221-00 – 06/03/2024
AVCB Nº 594819 – Validade: 01/08/2025

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

ESTÁDIO EMOLDURA O AMOR DE CANTORA VIBRA COM A VITÓRIA DO NAMORADO EM

***"Nunca fui um homem de muitas palavras, aprendo com ela."* (Travis)**

Em Maryland, torcedores levam cartazes e pedem que as câmeras filmem Taylor Swift, *habituée* das partidas. Ao lado do atleta Ross Travis, cantora torce para o amado em campo. Ela estará presente na final do Super Bowl, o maior campeonato de futebol americano. Para conseguir, correrá contra o tempo.

FOTOS: GETTY IMAGES

O amor está no ar! Cada dia mais apaixonada, a cantora **Taylor Swift** (34) já se tornou presença obrigatória nos jogos do Kansas City Chiefs, time no qual o eleito, **Travis Kelce** (34), joga. Desta vez, a estrela pop foi ao delírio diante da vitória da equipe do namorado contra o Baltimore Ravens por 17 a 10, em Maryland. *"Eu não sei como eles sabem em que cabine estou! Há uma câmera que fica superlonge e não tenho ideia de que estão me colocando no telão do jogo. Estou lá apenas para apoiar Travis. Não tenho consciência se estou sendo mostrada demais!"*, contou Taylor, que, além de ser tornar amuleto da sorte para o jogador — ela é pé quente! —, virou uma atração à parte durante as partidas, afinal, não é sempre que se tem uma diva desse porte nas arquibancadas. *"Nunca me relacionei com alguém como ela, que tem essa lupa, que todos os dias está na mira dos paparazzi, seja no jogo, do lado de fora de sua casa, do lado de fora de cada restaurante que ela frequenta, depois de cada voo que ela desembarca… nunca vou ser o cara que se comporta de forma estranha diante disso"*, já disse o atleta.

"Estou lá apenas para apoiar Travis. Não sei se estão me colocando no telão." *(Taylor)*

Acostumados com a presença de Taylor, torcedores levaram cartazes para o estádio com os dizeres 'onde está Taylor?', na intenção de que as câmeras flagrassem a estrela. E onde ela estava? Em um dos camarotes ao lado do jogador **Ross Travis** (31) e de grupo de amigos. No apito final, a cantora quebrou os protocolos e entrou em campo para felicitar o amado, com direito a um beijo digno de Hollywood. *"Quando você diz que um relacionamento é público, significa participar da vida de quem você ama e nós estamos apoiando um ao outro. Outras pessoas estão ali, mas eu não me importo. O oposto disso é você ter que fazer um esforço extremo para*

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

TAYLOR SWIFT E TRAVIS KELCE
PARTIDA DECISIVA E CANTA AO MUNDO SUA PAIXÃO

garantir que ninguém saiba que você está saindo com alguém. A vida é curta e não quero ficar trancada", avisou Taylor, que parece ter deixado o passado de frustações amorosas para trás. "*Estou mais confiante agora do que há seis anos*", assegurou a norte-americana, cuja presença nas partidas é responsável pelo aumento da audiência feminina nos jogos em quase 70%.

A vitória garantiu ao Kansas uma vaga no Super Bowl, a final do campeonato da NFL e Taylor, claro, estará lá! Para isso, a cantora fará uma logística épica. No dia anterior ao jogo, ela estará no Japão, se apresentando com a turnê *The Eras Tour*, e correrá contra o tempo para chegar a Las Vegas, palco da partida, no dia seguinte. Para isso, ela conta com a ajuda do fuso horário, pois ao viajar do oeste para o leste do planeta, ela usará a rotação da Terra a seu favor, ganhando horas e chegando a tempo para torcer por seu Travis. "*Sim, todas as vezes que eu saio se torna uma situação caótica, mas é preciso ter aventuras!*", disse ela.

"Nunca me relacionei com alguém como ela, que tem essa lupa." *(Travis)*

Juntos desde o ano passado, Taylor e Travis se conheceram em NY, por meio de amigos em comum. "*Na verdade, passamos um tempo significativo juntos e ninguém sabia. Quando fui ao primeiro jogo, já éramos um casal. Acho que algumas pessoas pensam que viram nosso primeiro encontro naquele jogo! Nunca seríamos psicóticos o suficiente para fazer um primeiro encontro público*", contou ela. "*Quando eu a conheci já percebi que teríamos uma boa conversa. Nunca fui um homem de muitas palavras e estar ao lado da Taylor tem sido surpreendente, aprendo todos os dias com o jeito que ela consegue tranformar a vida em poesia. Além disso, os valores dela são muito parecidos com os meus, somos muito ligados às nossas famílias*", derreteu-se o jogador.

Após o jogo, Travis ganha carinho da cantora. Casal protagoniza beijo digno de cinema! Presença de Taylor nas partidas aumentou a audiência feminina em quase 70%. Após período de altos e baixos em sua vida amorosa, a loira volta a sorrir sem medo e expõe a relação com equilíbrio diante do público.

***"Eu estou mais confiante agora do que há seis anos."* (Taylor)**

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

por Luiz Gustavo Torres*

Obesidade e sobrepeso aumentam os riscos para 13 tipos de câncer

Tecido adiposo induz a secreção de substâncias inflamatórias, que estimulam a multiplicação das células e facilitam o surgimento de células cancerígenas. A inflamação exacerbada leva à produção extra de hormônios e fatores de crescimento, que favorecem a multiplicação celular sem controle e o câncer. Alimentação saudável e atividade física são aliadas para o peso ideal.

A Federação Mundial de Obesidade acredita que, daqui a 11 anos, o Brasil terá 41 milhões de pessoas obesas. Imagine: quase toda a população de São Paulo, o estado mais populoso do País, terá excesso de gordura corporal! Hoje, os obesos representam 25% dos brasileiros adultos e as pessoas com sobrepeso 60%, segundo o IBGE. Os quilos extras não só representam um fator de risco para as doenças cardiovasculares, hipertensão arterial e diabetes 2, mas respondem também por entre 4% a 8% dos casos de câncer. Já se comprovou que o sobrepeso e a obesidade estão associados a 13 tipos de câncer: colorretal, endométrio, esôfago, estômago, fígado, mama, mieloma múltiplo, meningioma, ovário, pâncreas, rins, tireoide e vesícula biliar.

O câncer é uma doença provocada por complexa interação de fatores. Alguns deles, como o histórico familiar e o avançar da idade, são imutáveis. Mas existem outros que podem ser reduzidos com a alteração do estilo de vida, como é o caso do sobrepeso, da obesidade, do tabagismo, do sedentarismo, da exposição a substâncias cancerígenas e do consumo excessivo de álcool e dos chamados alimentos multiprocessados.

A Organização Mundial da Saúde, OMS, define a obesidade como o acúmulo excessivo de gordura a ponto de prejudicar a saúde. Para calcular se você tem o peso adequado à sua altura, use o Índice de Massa Corporal, o IMC. Indivíduos com IMC de 18,5 e 24,9 kg/m² estão dentro dos padrões normais de peso. Já as pessoas com IMC de 25 a 29 kg/m² já são consideradas com sobrepeso. Os obesos têm IMC a partir de 30 kg/m².

O sobrepeso e a obesidade são considerados fatores de risco para o câncer porque o tecido adiposo aumenta a secreção de substâncias inflamatórias, que estimulam a multiplicação das células. Quanto mais se multiplicam, maior é a chance de surgirem células cancerígenas.

O aumento da inflamação pelas células adiposas leva à produção extra de hormônios e fatores de crescimento. Este cenário favorece a divisão celular mais frequente, aumentando o risco do surgimento de células do câncer e da multiplicação celular sem controle, o que resulta no desenvolvimento da neoplasia.

Além de manter uma alimentação saudável, a prática de exercícios físicos é uma grande aliada para quem quer ter o peso ideal para sua altura. Estudo da Universidade de Cornell, nos Estados Unidos, analisou os benefícios da atividade física para cada tipo de câncer associado ao sobrepeso e à obesidade.

De acordo com esses pesquisadores, qualquer atividade física está associada a um risco 13% menor de câncer de mama. Sete horas de treino por semana reduzem em até 20% o risco de câncer de endométrio. Pessoas que fizeram exercícios físicos de alto nível num intervalo de cinco anos e 15 anos têm até 80% menos chance de desenvolver câncer gástrico.

Obesos que recorreram à cirurgia bariátrica para a perda de peso também se beneficiaram com a prevenção do câncer, como demonstra um detalhado estudo australiano. Pesquisadores avaliaram pouco mais de 500000 pacientes que realizaram o procedimento cirúrgico, em comparação com cerca de 1,9 milhão de pessoas com obesidade mórbida tratadas com terapias convencionais. Eles concluíram que a cirurgia reduziu em 38% a incidência geral de câncer e em 41% dos tumores associados à obesidade.

* ***Luiz Gustavo Torres*** *(CRM: 667170-RJ) é oncologista formado pela UFRJ e mestre em Ciência pela Fiocruz/Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca (ENSP).*

INSTAGRAM | Quer saber mais sobre o dia a dia dos famosos? Veja em nosso Instagram!

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

LINHA DE VITAMINAS

SIDNEY OLIVEIRA

A MAIS COMPLETA LINHA DE VITAMINAS DO BRASIL

LINHA CONDRICART

Mantém a saúde das suas articulações, protege as cartilagens e fortalece os ossos.

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

GISELE BÜNDCHEN SE
EXEMPLO E INSPIRAÇÃO PARA A TOP,

Discrição, dor e tristeza marcaram o adeus de **Gisele Bündchen** (43) à sua mãe, **Vânia Maria Nonnenmacher**, que morreu no último dia 28, aos 75 anos, em decorrência de complicações de um câncer, em Porto Alegre, no RS. *"Dói saber que não poderei mais te abraçar, mas sei que você sempre estará nos cuidando. Você foi um anjo na Terra, sempre ajudando todos ao seu redor. Sou muito grata por ser sua filha e por ter aprendido com você. Obrigada por ser o melhor exemplo de amor, força, compaixão, coragem e graça"*, lamentou a *übermodel*, que sempre teve a matriarca da família como sua grande inspiração. *"Vou sempre guardar com carinho as lindas memórias que compartilhamos e viverei pelos valores que você me ensinou. Você viverá para sempre através das muitas vidas que tocou. Obrigada por me dar cinco melhores amigas para a vida. Seu amor sempre nos guiará. Te verei em meus sonhos"*, completou a estrela, citando as irmãs, **Patrícia**, a gêmea de Gisele, **Raquel** (49), **Graziela** (47), **Gabriela** (41) e **Rafaela** (36).

"Dói saber que não poderei mais te abraçar, mas sei que você estará nos cuidando."

Bancária aposentada, Vânia sempre soube lidar com a fama internacional da filha e, apesar dos holofotes, manteve uma vida comum ao lado do amado, **Valdir Bündchen** (74). *"Vim de uma família de costumes simples, onde havia muito amor"*, já disse Gisele. Radicada em Miami, na Flórida, com os filhos, **Benjamin** (14) e **Vivian Lake** (11), a top não conseguiu comparecer ao velório da mãe, realizado na Capela Ecumênica do Crematório Metropolitano de Porto Alegre.

O último registro de Gisele com a mãe e a família foi nas festas de fim de ano, quando passou férias no Brasil. Na ocasião, disse que estava se *"reconectando com o essêncial"* e mostrou estar recuperada após o divórcio de **Tom Brady** (46). *"O amor é a chave de tudo na minha vida. Se as relações entre os seres humanos fossem baseadas em amor, não existiriam guerras, estaríamos cuidando uns dos outros"*, desabafou a top. ●

FOTOS: REPRODUÇÃO/INSTAGRAM

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

DESPEDE DA MÃE, VÂNIA NONNENMACHER

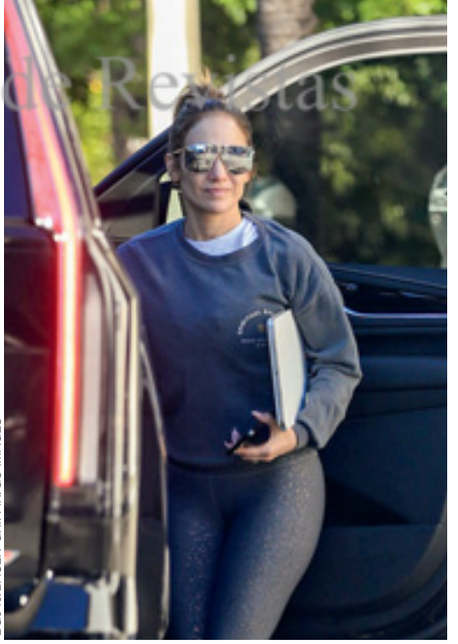
MATRIARCA MORRE AOS 75 ANOS EM DECORRÊNCIA DE UM CÂNCER

Vânia deixa seis filhas: Patricia, Graziela, Rafaela, Gabriela, Raquel e Gisele. *Übermodel*, que mora em Miami, não conseguiu ir ao velório da mãe.

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

VICTORIA FAZ 10
A HERDEIRA DE JUJU

Queridinha dos famosos, a empresária e designer de interiores **Juliana Fernandes** (46), conhecida como **JujuDiCasa**, festejou os 10 anos da filha, **Victoria** (10), em Orlando. **Zilu Godoi** (62), **Paulo Goulart Filho** (58) e a eleita, **Katia Salomão**, passaram por lá.



BG046/BAUER-GRIFFIN/GC IMAGES

A JORNADA DE JENNIFER
ESTRELA LANÇA FILME E ÁLBUM

A bordo de look esportivo, a diva **Jennifer Lopez** (54) circulou de carro pelas ruas de Los Angeles, nos EUA. Nos próximos dias, a cantora e atriz lançará o filme *This Is Me... Now: A Love Story*. Ao lado do diretor **Dave Meyers** (51), **J.Lo** criou uma odisseia cinematográfica baseada em sua jornada e cura pessoal. No mesmo dia, ela lançará seu primeiro álbum de estúdio em uma década.

FOTOS: ANDY SANTANA

A FESTA DE LUIZ DA SILVA GOSHIMA
TELÓ ANIMA ANIVERSÁRIO DO EMPRESÁRIO

Uma festa realizada na Fazenda Baronesa agitou a noite de Campos do Jordão, no interior de São Paulo. Tratava-se da comemoração de aniversário de 40 anos de **Luiz da Silva Goshima**, CEO da Meraki Capital Asset e conselheiro da Fundação Lia Maria Aguiar, entidade responsável por investir em projetos socioeducacionais e de saúde na cidade. O evento foi animado pelos shows do cantor **Michel Teló** (43) e do tenor **Thiago Arancam** (41). Entre a mulher, **Vanessa da Costa**, a filha, **Luísa Goshima**, e amigos como a filantropa **Lia Maria Aguiar** (85), a atriz **Marisa Orth** (60) e apoiadores e parceiros da Fundação, que completou 15 anos de atuação em 2023, o anfitrião da noite curtiu a festa com o sentimento de gratidão.

Distribuição 100% gratuita -

CATIA E O SEU ELEITO: *TOUR* CANADÁ SEDUZ A APRESENTADORA

Para celebrar 30 anos de carreira e a renovação de seu contrato com a Band, a apresentadora do *Melhor da Tarde*, **Cátia Fonseca** (55), curtiu férias no Canadá. Ao lado do marido e diretor do programa, **Rodrigo Riccó**, ela desbravou paisagens de Toronto e Montreal. *"Eu tenho aproveitado cada passeio, cada descoberta"*, contou Cátia, sem se intimidar com o frio.

ZIGGY MARLEY, LASHANA LYNCH E KINGSLEY A *PREMIÈRE* DE *BOB MARLEY: ONE LOVE* EM LONDRES

Ícone do reggae, **Bob Marley** (1945-1981) teve a sua história transformada em cinebiografia, estrelada por **Kingsley Ben-Adir** (37) e **Lashana Lynch** (36). Um dos produtores do filme e filho do cantor jamaicano, **Ziggy Marley** (55), marcou presença na *première* do longa, que aconteceu em Londres, na Inglaterra. *"Esse filme foi feito principalmente para divulgar a mensagem do meu pai, para colocar a mensagem em um meio diferente, o cinema, e alcançar outras gerações"*, *disse o herdeiro.*

KARWAI TANG/WIREIMAGE

STUDIOBECO

GUI VENTURA NA TELEVISÃO O ATOR ENTRA PARA A NOVELA

Trama infantil do SBT, *A Infância de Romeu e Julieta* ganha um reforço no elenco. Na pele de Daren Príncipe, o ator **Gui Ventura** (35) entrará no folhetim, uma parceria do SBT e do Amazon Prime Video. *"A vantagem de entrar na novela agora é que já tenho referências dentro da própria obra para construir meu personagem"*, analisa o também cantor. Ainda este ano, ele estará nas séries *#FalaSério*, da TV Cultura, e no *streaming* com *Senna*, do Netflix. *"Será um ano com personagens bem diferentes"*, avisa o ator, bem animado diante dos desafios.

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

Alessandra Ambrosio, de Avellano

Taylor Swift, de Schiaparelli

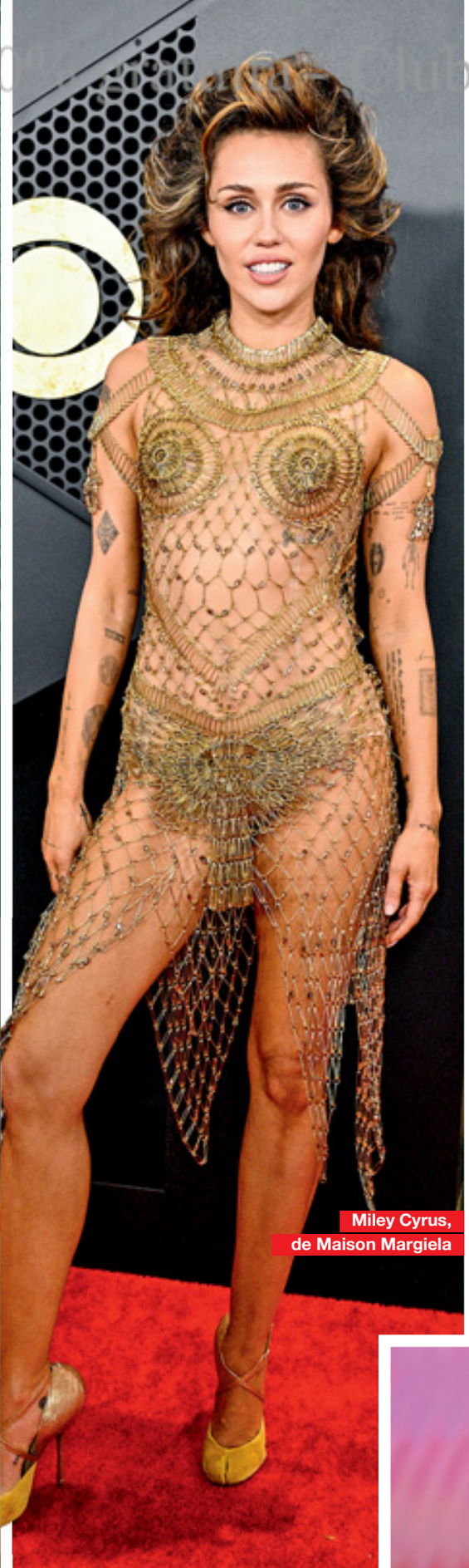
Victoria Monét, de Atelier Versace

GRAMMY AWARDS 2024: PROTAGONISMO

MULHERES VENCEM TODAS AS CATEGORIAS PRINCIPAIS EM HISTÓRICA

Distribuição Rede Clube de Revistas

Dua Lipa, de Courrèges



Miley Cyrus, de Maison Margiela

Olivia Rodrigo, de Versace

FEMININO
NOITE DE PRÊMIO

Taylor Swift, Miley Cyrus e SZA se destacam na mais importante honra da música internacional.

SZA foi uma das maiores vencedoras da noite

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

Aos 80, Joni Mitchell cantou pela primeira vez no Grammy

O rapper Jay Z recebeu um prêmio especial de Impacto Global e ainda aproveitou seu espaço no palco para fazer algumas críticas sobre as decisões do Grammy.

***"Continuem vindo até serem chamados de lendas."* (Jay Z)**

Beyoncé e Jay Z

Doja Cat, de Dilara Findikoglu

Oprah comandou homenagem a Tina Turner

A noite foi delas! As mulheres comandaram a edição de 2024 do Grammy Awards, conquistando todos os quatro prêmios principais da noite. **Miley Cyrus** (31), **SZA** (34), **Billie Eilish** (22), **Victoria Monét** (34) e **Taylor Swift** (34) foram alguns dos maiores destaques da festa. A cerimônia ainda contou com a presença de artistas

"Esse prêmio é incrível. Minha vida já estava linda."
(Miley Cyrus)

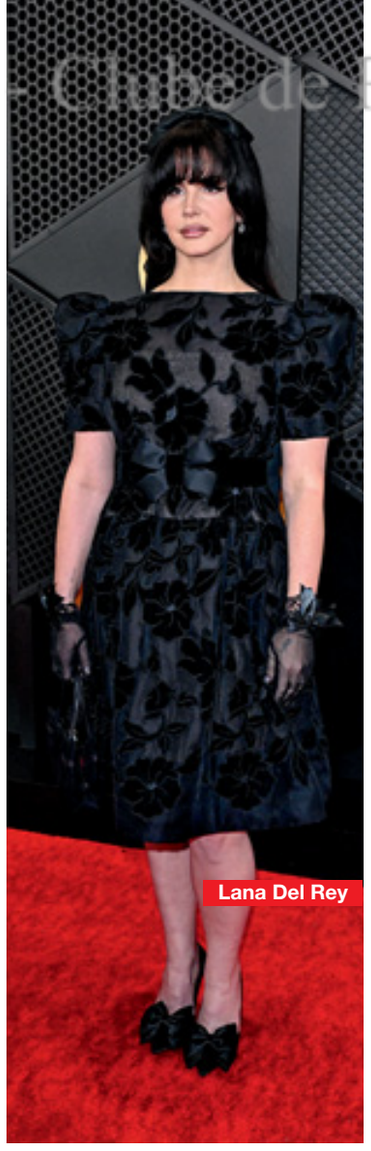
veteranos que cantaram ao vivo e também dividiram o palco com colegas da música.

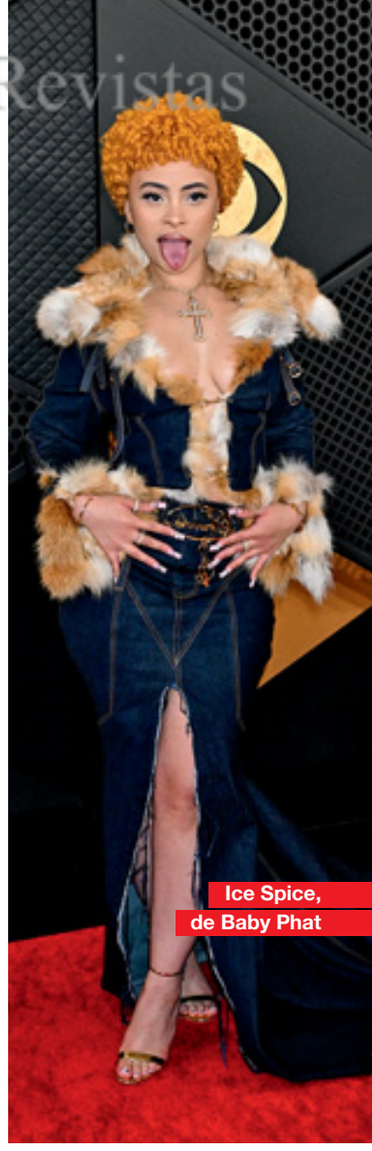
Com 18 anos de carreira, Miley venceu seus dois primeiros Grammys pela canção *Flowers*, um dos maiores sucessos do ano passado. "*Este prêmio é incrível! Mas eu realmente espero que não mude nada porque minha vida já estava linda ontem. Nem todo mundo vai ganhar um Grammy,*

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

Kylie Minogue, de Dolce & Gabbana

Billie Eilish, de Chrome Hearts


Lana Del Rey


Ice Spice, de Baby Phat

mas todo mundo é espetacular. Não pensem que isso é importante, embora seja muito importante, certo?", brincou a cantora, que também cantou *Flowers* pela primeira vez na TV.

Taylor Swift atingiu uma marca histórica na celebração. Ela se tornou a primeira artista a vencer o principal prêmio da noite, Álbum do Ano, pela quarta vez.

"Tudo o que quero fazer é continuar fazendo música."
(Taylor Swift)

"*Para mim, o prêmio é trabalhar. Tudo o que eu quero fazer é continuar sendo capaz de realizar isso. Eu amo demais e me faz muito feliz. Fico realmente impressionada que também tenha feito bem para as pessoas que votaram por mim. Obrigada por me darem a grande oportunidade de continuar fazendo isso*", festejou.

Falando em Álbum do Ano, a categoria causou a maior

Mariah Carey abriu a noite

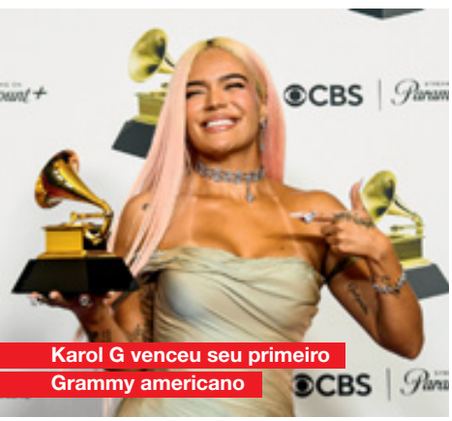
Victoria Monét foi eleita como Revelação

Depois de mais de dez anos trabalhando como compositora para outros artistas, Victoria Monét recebeu, pela primeira vez, três prêmios por composições próprias.

"Passei 15 anos em busca disso. Não era vista."
(Victoria Monét)

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

Rita Lee foi relembrada em homenagem



Karol G venceu seu primeiro Grammy americano

Campeã do Grammy Latino na categoria de Álbum do Ano, a colombiana Karol G conquistou primeiro Grammy americano na categoria latina.

"Esse álbum me trouxe as melhores memórias"
(Karol G)

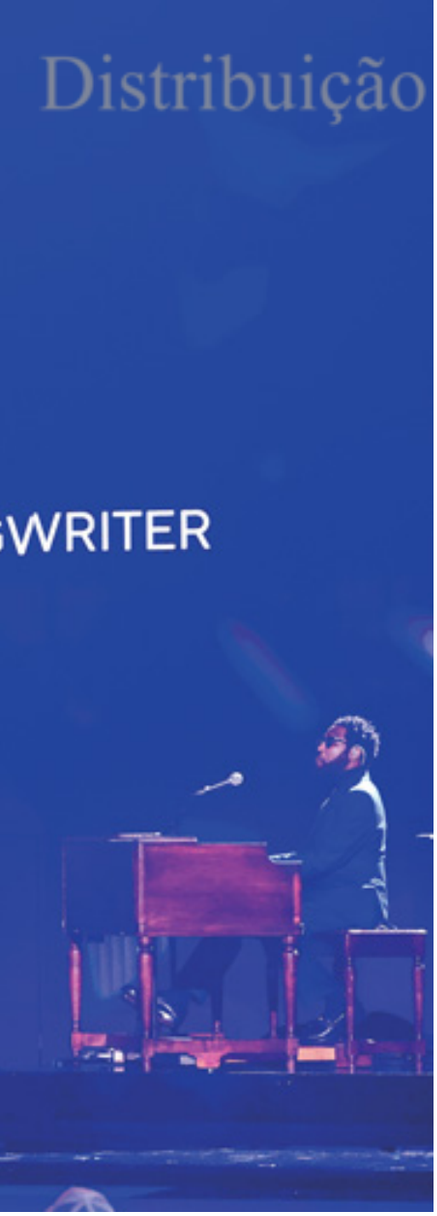
Maluma e Christina Aguilera se reuniram no palco

controvérsia da noite. O rapper **Jay Z** (54) foi homenageado com o primeiro Global Impact Award, entregue pelos seus anos de contribuição com o mercado musical, e defendeu a mulher, **Beyoncé** (42), ao criticar o Grammy em seu discurso de agradecimento. "*Eu não quero constrangê-la, mas essa mulher tem mais Grammys que qualquer outra pessoa e, mesmo assim, nunca venceu a categoria Álbum do Ano. Mesmo pelas suas próprias métricas, isso não faz sentido. Pensem sobre isso*", pediu o rapper.

"Beyoncé nunca venceu Álbum do Ano. Não faz sentido."
(Jay Z)

O palco do Grammy também foi marcado por grandes apresentações de algumas das maiores estrelas da música. Aos 80 anos de idade, **Joni Mitchell** cantou

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas



Fantasia Barrino soltou a voz em tributo a Tina Turner

Personalidades da música que faleceram no último ano, como Rita Lee e Tina Turner, foram relembradas no palco do Grammy 2024, enquanto os veteranos Billy Joel, Tracy Chapman e Joni Mitchell envolveram o público ao cantar mega sucessos que marcaram época durante espetáculo que ficará para a história.

***"Todas as pessoas são espetaculares."* (Miley Cyrus)**

pela primeira vez na premiação, ao lado de **Brandi Carlile** (42). **Tracy Chapman** (59) fez sua primeira apresentação televisionada em mais de 20 anos, em parceria com o cantor country **Luke Combs** (33), que regravou seu maior *hit*, *Fast Car*. **Stevie Wonder** (73), **Annie Lennox** (69), **Jon Batiste** (37), **Fantasia Barrino** (39) e **Oprah Winfrey** (70) ficaram encarregados pelo segmento *In Memoriam*, que relembra os talentos que perdemos ao longo do último ano. **Tina Turner**, **Tony Bennett** e a nossa **Rita Lee** foram alguns dos homenageados. "*Tina será para sempre a nossa deusa do rock'n'roll, que inspirou milhões com sua força e graça*", registrou Oprah.

"Tina Turner será para sempre a nossa deusa do rock." ***(Oprah Winfrey)***

Tracy Chapman cantou *hit Fast Car*

Celine Dion e Taylor Swift

Miley Cyrus recebeu prêmio das mãos de Meryl Streep e Mark Ronson

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

ESTILO

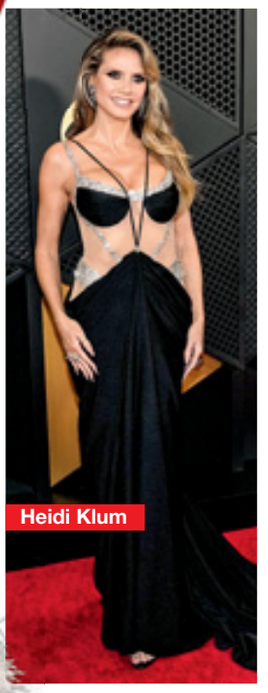
GRAMMY

Ellie Goulding, de Zuhair Murad

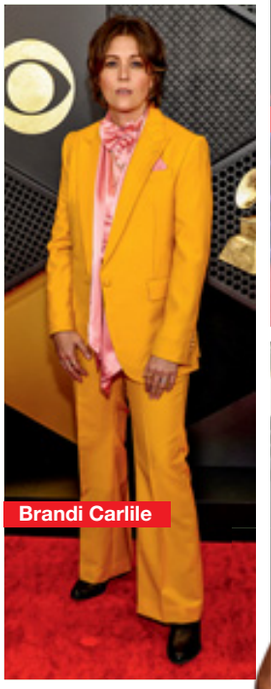
Laverne Cox, de Comme des Garçons, na 66ª edição do Grammy, em Los Angeles

Kat Graham, de Stephane Rolland

Muni Long



Heidi Klum



Brandi Carlile

Janelle Monáe, de Armani

Summer Walker

Jordin Sparks, de Zigman

Coco Jones

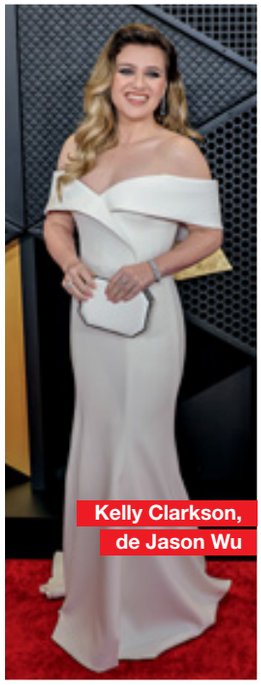
Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

Halle Bailey, de Gucci

Caroline Polachek, de Olivier Theyskens

Tyla, de Versace

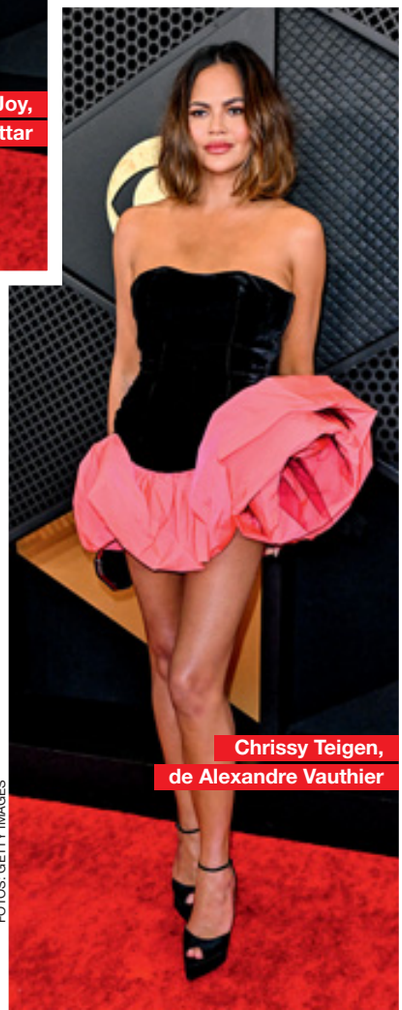
Haley Kalil

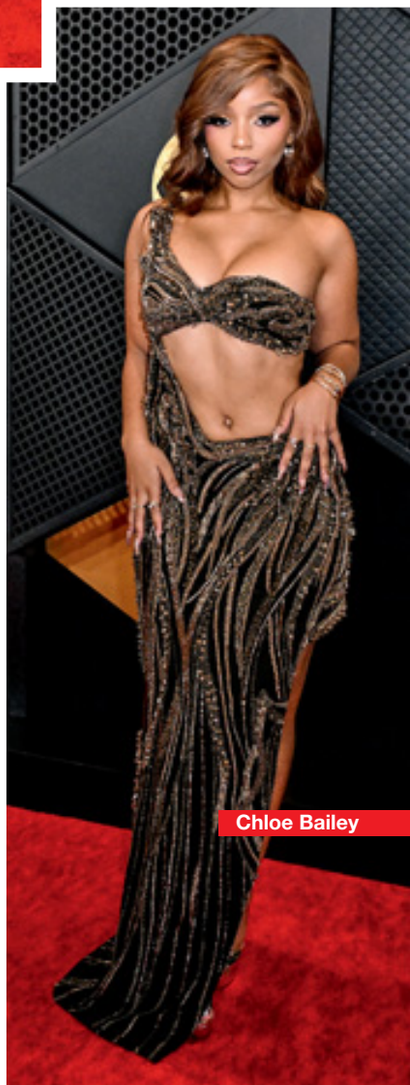

Kelly Clarkson, de Jason Wu

Samara Joy, de Alexis Bittar

Paris Hilton, de Reem Acra

Bebe Rexha, de Robert Wun


Chrissy Teigen, de Alexandre Vauthier


Chloe Bailey

FOTOS: GETTY IMAGES

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

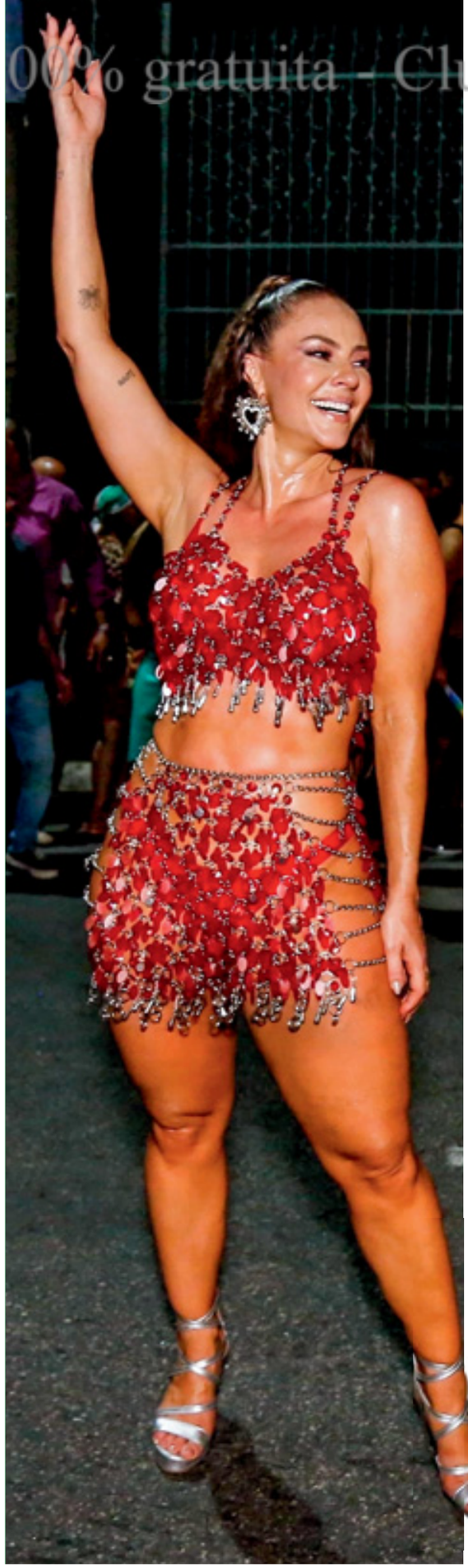
por Mariana Silva

Marcado pela alegria contagiante, cores e fantasias, além da junção de diversos ritmos, o carnaval não seria completo sem a presença das musas que levam gingado e samba no pé aos desfiles das escolas de samba. Seja na Marquês de Sapucaí, no Rio, ou no Sambódromo do Anhembi, em São Paulo, elas desempenham papel fundamental na celebração. *"O carnaval é um momento especial. Nele, eu me divirto, procuro existir e procuro reverberar coisas que, como mulher, me são caras na vida como um todo, não somente nessa época"*, reflete a atriz **Paolla Oliveira** (41). Rainha de Bateria da Grande Rio, ela segue radiante e com a mesma paixão que a levou ao posto pela primeira vez, no carnaval de 2009. Agora, muito mais madura e segura de si, Paolla também é recordista: pela quinta vez ocupa o lugar de rainha

"Vou seguir buscando identificação com as mulheres."
(Paolla Oliveira)

da agremiação. Antes, a escola costumava manter as rainhas de bateria por, no máximo, dois anos consecutivos na avenida. *"Fico muito feliz por isso. A Grande Rio merece criar raízes cada vez mais sólidas porque tem uma comunidade presente, fiel, engajada"*, entrega. *"Acredito no compromisso de que, enquanto essa comunidade me aceitar nesse lugar, vou seguir respeitando e buscando o máximo de identificação com cada um, especialmente com as mulheres"*, diz a atriz, que desfilou pela Grande Rio em 2009 e 2010, voltando ao posto somente em 2020, de onde não saiu mais. *"Garantida estou"*, celebra.

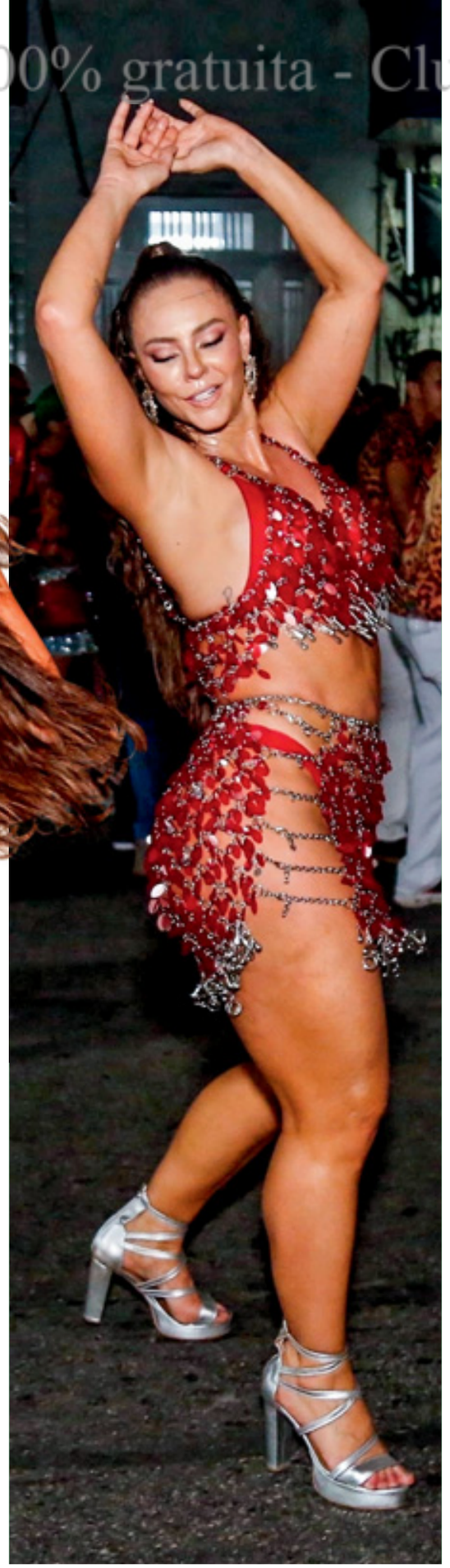
Com charme, carisma e muito samba no pé, as musas da folia exaltam a figura feminina, a diversidade e a aceitação da beleza em todas as suas formas. À frente da bateria na Gaviões da Fiel, em



MUSAS LEVAM BELEZA, EMPODERAMENTO E

DIVAS COMO PAOLLA OLIVEIRA EXALTAM PAIXÃO PELO CARNAVAL E DÃO

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas



FORÇA À AVENIDA DO SAMBA

LIÇÃO DE AUTOESTIMA E DE DIVERSIDADE NA FOLIA

Diante da maratona intensa, musas falam das alegrias e dos desafios da época mais festiva do ano.

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

Sabrina Sato imprime beleza à frente da Vila Isabel, no Rio de Janeiro, e da Gaviões da Fiel, em São Paulo. Sua jornada virou um reality no GNT.

São Paulo, e na Vila Isabel, no Rio, a apresentadora **Sabrina Sato** (42) não esconde seu amor pela grande festa. *"O carnaval mostra realmente a força do brasileiro, a resiliência. É algo que só tem aqui e é só nosso. Uma vez que você vê uma escola passar na sua frente, essa energia mexe muito"*, diz ela. Há 20 anos com a escola paulistana, Sabrina tem uma trajetória tão intensa, que decidiu registrar os detalhes de sua preparação no reality *Carnaval da Sabrina*, exibido pelo GNT e ainda disponível no Multishow. *"É um capítulo encantado da minha vida"*, define.

Por trás de toda magia que levam para a avenida, estão meses de dedicação e trabalho árduo, envolvendo ensaios, cuidados com a saúde e preparação física. *"Tento ser o máximo presente, me dedico, me importo com minha escola. O carnaval é a época mais feliz do ano para mim"*, conta a atriz **Erika Januza** (38), rainha de bateria da Unidos da Viradouro. Pelo terceiro ano à frente da vermelho e branco de Niterói, ela

"O carnaval mostra realmente a força do povo brasileiro, a resiliência." ***(Sabrina)***

garante que paixão e, principalmente, disciplina, são essenciais para garantir o sucesso de uma festa tão grandiosa como o carnaval. *"Eu me alimento melhor, faço um bom check-up para saber como está minha saúde e me dedico mais à malhação"*, detalha ela. *"O principal preparo para mim é ensaiar com minha escola, minha bateria. O samba é um cardio poderoso e estar em comunidade nessa preparação só me traz benefícios. Além, claro, do envolvimento com o enredo, com os ritmistas e aprimoramento do fôlego, que são essenciais para atravessar bem a Sapucaí e a maratona de ensaios"*, emenda Erika, que durante os treinos deste ano ainda celebrou o encontro com a dançarina baiana **Lore Improta** (30), uma das musas da escola. *"O carnaval é a época do ano mais agitada na minha agenda, eu trabalho e me preparo o ano inteiro esperando por esses dias. Me divido entre Salvador e Rio de Janeiro, então, é uma correria"*, avisa Lore, eleita do cantor **Leo Santana** (35). A maratona do carnaval soteropolitano, claro,

Distribuição 100% gratuita Clube de Revistas

tem lugar especial no coração de Lore, que não se abala diante das diferenças regionais. *"Sempre sambei e dancei a vida inteira e gosto disso, mas o samba da Bahia é totalmente diferente do samba do Rio de Janeiro, então há alguns detalhes que a gente precisa estudar. A cada ano eu aprendo mais e, a cada momento que eu passar na Sapucaí, a cada ensaio, estarei evoluindo ainda mais"*, afirma a bailarina.

Há quase 30 anos cruzando a avenida — ela desfila desde 1995 —, **Viviane Araújo** (48) escreveu e ainda escreve uma história de amor com o carnaval. Este ano, a diva segue como rainha de bateria da Salgueiro, no Rio, e da Mancha Verde, em São Paulo. *"Ser rainha é isso: é você abraçar a escola de uma forma inteira, não só com os seus ritmistas. Me vejo não só como rainha de bateria, me vejo como uma rainha da escola, que tem essa relação com todos os segmentos. Amo todos de paixão"*, afirma ela, consagrada como um dos grandes nomes do carnaval. *"É como se eu tivesse encontrado a minha alma gêmea no carnaval. Já passei por várias escolas e fui muito bem recebida, muito amada. Até hoje tenho carinho e respeito por todas as escolas que já passei"*, afirma Viviane.

"Nós, mulheres, compartilhamos das mesmas pressões." ***(Paolla Oliveira)***

Além de todo o preparo físico envolvido, está também o cuidado emocional. *"Esse tipo de preparação quase ninguém fala. É importante para lidar não só com as adversidades, mas também com a quantidade de carinho que recebo e com todas as fortes emoções que o carnaval me traz"*, revela Paolla. Recentemente, inclusive, a atriz foi alvo de críticas e comentários envolvendo seu corpo, peso e idade. Embora se considere uma mulher que sempre se encaixou em todos os padrões de beleza impostos pela sociedade, ela decidiu dar um basta aos julgamentos. *"Respondo, argumento, faço vídeos. Me sinto corajosa de estar fazendo isso. Do alto do meu privilégio, uma mulher branca padrão, bem-sucedida, eu estou falando: eles não me deixam em paz"*, lamenta ela, que procura não se abalar. *"Crítica sempre nos afeta, seria hipocrisia dizer que não. Só não*

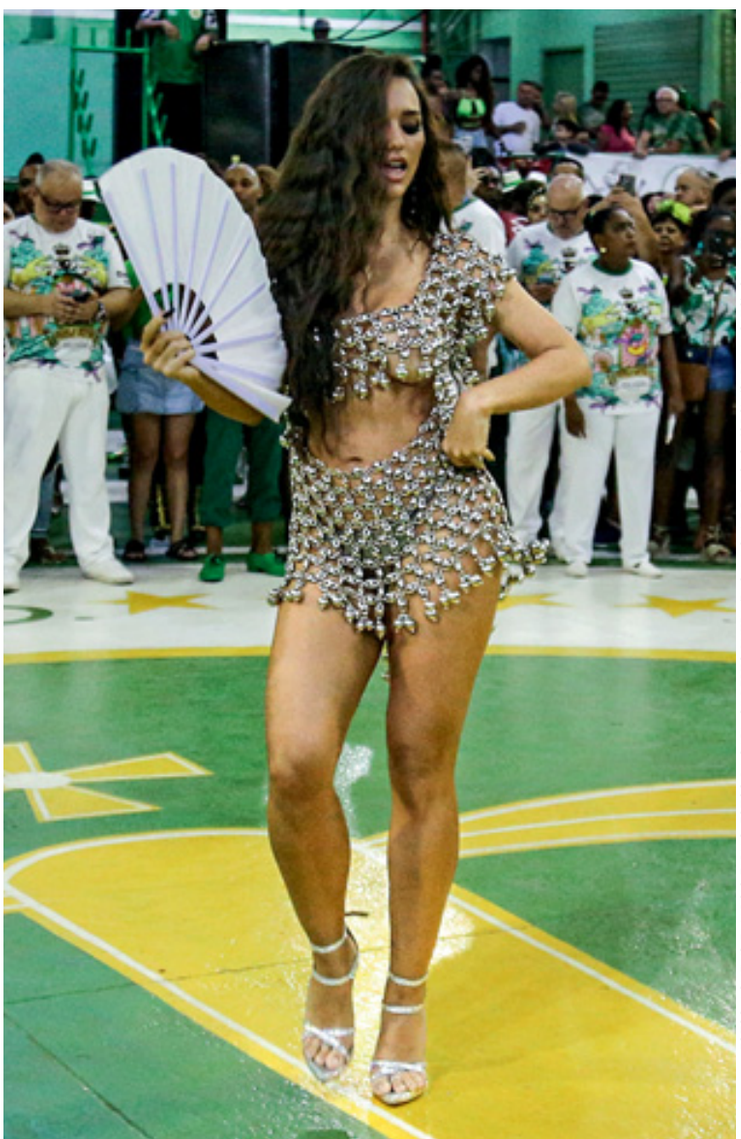
Lexa é rainha de bateria da Unidos da Tijuca. Viviane Araújo marca história com o carnaval no Rio e de São Paulo. Giovana Cordeiro, musa da Porto da Pedra.

"A beleza do carnaval está na diversidade." **(Erika Januza)**

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

No Rio, Mariana, Adriana, Gardênia e Milaide são só sorrisos em ensaio. Musa Gracyanne Barbosa é a madrinha da Verde e Branco, SP. Rafa Kalimann ensaia com a Imperatriz.

"Viver esse sonho, nessa escola que amo tem gosto especial." (Mari)



FOTOS: AGNEWS E MARCIO FARIAS; FOTOS DA CAPA: GILBERTO DUTRA (PAOLLA OLIVEIRA); JOÃO KOPOV (SABRINA SATO); GUILHERME LIMA (ERIKA JANUZA)

quero dar mais atenção do que devo e nem vou virar apenas uma vertente de tudo que gira em torno dos assuntos importantes na pauta feminina. Já entendemos que todas nós, enquanto mulheres, compartilhamos em algum lugar das mesmas pressões. Está dito", afirma a estrela, eleita do sambista **Diogo Nogueira** (42). As palavras de Paolla são compartilhadas por Erika, que ainda exalta o valor da diversidade. *"Tenho acompanhado esse infeliz movimento. As pessoas gastam muito tempo como juízes da vida alheia. Ter sua opinião é válido. Mas diminuir os outros não. Estar ali como rainha, musa ou o que quer que seja dentro do carnaval demanda uma superdedicação"*, afirma a atriz. *"Acho, sim, importante uma figura com destaque saber sambar, pois se trata de uma escola de samba, mas cada pessoa samba de um jeito, com suas características. E não vou e nem quero ficar igual a ninguém. Se a gente não se blindar, a gente pira. A beleza do carnaval está na diversidade. O carnaval é uma época tão feliz e é para todos"*, pontua Erika.

"É um movimento infeliz. Ter opinião é válido. Diminuir os outros não." ***(Erika)***

Às vésperas da estreia na avenida, as emoções ficam ainda mais à flor da pele. *"Eu estou feliz igual criança! Quanta honra e emoção me tornar musa da Grande Rio! Viver o carnaval carioca é, sem dúvida, uma experiência que me preenche e energiza. Viver esse sonho, nessa escola que tanto amo, tem um gosto mais especial. Eu me sinto pronta para celebrar Duque de Caxias e fazer parte dessa história"*, avisa **Mariana Goldfarb** (33), estreante na Marquês de Sapucaí este ano. Na agremiação, Mariana ainda dividirá os holofotes com nomes como **Gardênia Cavalcanti** (44), **Adriana Bombom** (50) e **Milaide Mihaile** (34). *"Eu amo a energia deste lugar! Espetáculo, produção, empregos gerados o ano inteiro, vontade, energia e todos assistindo tudo que a comunidade preparou para apresentar"*, ressalta Gardênia.

Democrática, a folia atrai estrelas de todas as áreas e a avenida do samba ainda contará com o brilha de **Lexa** (28), **Gracyanne Barbosa** (40) e **Rafa Kalimann** (30): cada uma com seu próprio gingado!

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

Erika Januza abraça o posto de rainha de bateria da Unidos da Viradouro, no Rio. A preparação é intensa para brilhar na avenida.

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

ALCEU VALENÇA E LENINE LEVAM FOLIA DE PERNAMBUCO AO RIO

CASA BLOCO PRÓMOVE CONEXÃO COM O FREVO NO MUSEU DE ARTE MODERNA

Nem só do samba da Marquês de Sapucaí vive o carnaval do Rio de Janeiro. Em mais uma edição, o Casa Bloco ocupou os jardins, o salão e a cinemateca do Museu de Arte Moderna da capital fluminense para promover uma conexão entre a folia carioca e o tradicional frevo pernambucano. Além de intervenções e blocos, o evento ainda contou com shows de **Alceu Valença** (77) e **Lenine** (64), que soltou a voz com o grupo SpokFrevo. "*A festa foi massa!*", agradeceu Lenine. *"Para mim, o carnaval representa o que faço e venho fazendo desde criança. Os shows que eu faço são shows de gêneros de músicas de carnaval. É uma época de alegria, de muita felicidade e encontros musicais"*, destacou Alceu.

SAMBA DE PRETA GIL

REGINA CASÉ VAI À FESTA

Focada em sua recuperação após descobrir um câncer de intestino, a cantora **Preta Gil** (49) foi eleita para embalar o público do Samba do Gominho, uma roda de samba idealizada por **Gominho** (34), na Casa de Castro Alves, em Salvador, na Bahia. No evento, Preta ainda recebeu o carinho da amiga, atriz e apresentadora **Regina Casé** (69). Neste ano, o público vai conferir edição especial do tão tradicional Bloco da Preta, no Rio, em evento fechado ao invés do já famoso desfile pelo centro da cidade. "*O bloco não sairá às ruas este ano, por uma recomendação médica e porque eu ainda não me sinto pronta. Eu tenho alguns passos pela frente em minha reabilitação*", explicou a cantora, celebrando 15 anos de sucesso do bloco. *"Acho que eu estou até mais presente. Carnaval não é você estar em um lugar, é celebrar a vida, é carnavalizar. Eu lutei e venci. Tenho uma verdadeira paixão por essa festa"*, frisou Preta, dando exemplo de fé e de positividade.

EDGAR DE SOUZA/AGNEWS

TOM ZÉ/AGNEWS

VOZ DE CARLA CRISTINA

A DIVA AGITA OS PAULISTANOS

Em aquecimento para um dos blocos LGBTQAIPN+ mais tradicionais de São Paulo, a cantora **Carla Cristina** (46), do antigo grupo As Meninas, agitou o público do Festival Agrada Gregos. A noite ainda teve voz e performance de **Pabllo Vittar** (30).

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

LEO SANTANA REALIZA SONHO DE TER SEU BLOCO
CANTOR BAIANO GANHA COMPANHIA DO CARIOCA FERRUGEM

Um dos artistas mais consolidados do carnaval baiano, **Leo Santana** (35) realizou o sonho de ter um bloco só seu pela primeira vez, no Rio de Janeiro, e arrastou verdadeira multidão de foliões para o centro da cidade. "*Momentos incríveis. Fui recebido assim, 8h da manhã e as ruas lotadas. Só posso ter gratidão. Deus de bênçãos, não me canso de dizer: toda honra e toda glória seja dada a ti! Foi tudo lindo, família*", comemorou o cantor, emocionado. Leo Santana ainda ganhou uma companhia de peso para agitar o público: dividiu o trio com o cantor **Ferrugem** (35). *"Isso está lindo demais! Que energia maravilhosa, família! Curti muito participar e entrar nesse clima com todos vocês"*, exaltou Ferrugem, com agenda intensa para os dias de folia.

PAULO TAUIL/AGNEWS

FELIPE SOUTO MAIOR/AGNEWS

ÍDOLO NEY MATOGROSSO ILUMINA RECIFE
PERFORMANCE OUSADA EM BAILE DE SENSAÇÕES

Tradição nos festejos do carnaval do Recife, em Pernambuco, o baile Enquanto Isso na Sala de Justiça recebeu show mais do que especial de **Ney Matogrosso** (82), que levou o público ao delírio com look bastante ousado e cheio de brilho, além, é claro, de uma coletânea de seus maiores sucessos. *"É uma coisa louca. Cada vez que faço o show recebo uma nova proposta. Eu não consigo parar"*, destacou Ney. Por lá, **Caio Blat** (43) e **Luísa Arraes** (30) marcaram presença e entraram no ritmo da noite. *"O melhor carnaval do mundo!"*, disse Caio, que faz questão de acompanhar os blocos de folia pelos quatro cantos do País durante o feriado.

FOTOS: TOM ZÉ/AGNEWS

SÃO PAULO VIBRA NA FREQUÊNCIA DE GLÓRIA GROOVE
A MUSA PATRÍCIA POETA APROVEITA A ANIMAÇÃO DA DRAG QUEEN

Muita diversão e música deram o tom a evento musical paulistano que antecede o feriado oficial e que, mais uma vez, mobilizou um time de famosos. Na maratona de shows, a diva **Glória Groove** (29) foi um dos grandes destaques, que ainda contou com outras atrações como **Joelma** (49), **Daniela Mercury** (58), a banda Jammil e a dupla **Maiara** e **Maraisa** (36). A jornalista e apresentadora **Patrícia Poeta** (47) fez questão de conferir os shows e se impressionou. "*O carnaval me possibilita brincar. Eu curto bastante!*", comentou a estrela do *Encontro*, da TV Globo.

Distribuição 100% gratuita - Clubê de Revistas

EMOÇÃO E INSPIRAÇÃO MOVEM JORNALISTA ASSUME O COMANDO DA COBERTURA DA

"Sou privilegiada. Estar ao lado deles é sinônimo de sucesso!"

Ao lado dos parceiros Milton Cunha e Alex Escobar, Karine quer que o público consiga sentir um pouco da vibração da avenida, tanto na capital paulista quanto na Cidade Maravilhosa. Apaixonada por música, a jornalista se prepara para a maratona da folia e, na sequência, para as Olimpíadas.

FOTOS: MANOELLA MELO/TV GLOBO

Ela é uma estreante no comando da cobertura dos desfiles do Rio e de São Paulo, mas a história de **Karine Alves** (42) com o carnaval vem de longa data. A jornalista esportiva sempre foi apaixonada por samba e já cobriu os desfiles de Porto Alegre, sua terra natal. Agora, na companhia de **Alex Escobar** (49) e **Milton Cunha** (61), ela se prepara para o novo desafio. "*Para mim, o carnaval é alegria, resistência, cultura popular, família. Além de ser a realização de um sonho, esse momento marca o reconhecimento do trabalho que eu tenho desenvolvido no esporte*", conta ela, em papo com CARAS.

Além dos anos dedicados ao jornalismo esportivo, desde cedo Karine guarda outra paixão: a música. "*O samba veio antes do esporte na minha vida. Meu falecido avô tocava todos os instrumentos de corda. Comecei a arranhar no violão, depois descobri o gosto por cantar. O carnaval na minha família era um evento! Não tinha nada mais importante*", relembra. Ela tem certeza de que todas as experiências que já viveu no esporte a prepararam para este novo momento. "*O esporte acaba nos ensinando a forma de transmitir a emoção para as pessoas. A gente aprende a passar a emoção do que estamos vivenciando naquele momento. E o carnaval precisa disso, de emoção. O jornalismo esportivo exige muito improviso, jogo de cintura*", explica ela.

"O samba veio antes do esporte na minha vida. Comecei arranhando o violão."

O cargo que Karine assume neste ano já pertenceu a nomes como **Fátima Bernardes** (61), **Glenda Kozlowski** (49) e **Maju Coutinho** (45) e a jornalista sabe do peso de seguir os passos das colegas. "*Não me preocupo com comparações com as apresentadoras dos outros anos porque elas são uma fonte de inspiração para mim. Estar*

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

KARINE ALVES EM SUA ESTREIA
FOLIA DO RIO DE JANEIRO E DE SÃO PAULO NA GLOBO

no lugar que já foi ocupado por mulheres que sempre admirei é uma honra. Cada uma delas tem o seu brilho, sua personalidade, sua trajetória. Conversei bastante com a Maju, com a ***Mariana Gross****. Troquei muito com elas sobre preparação, estudo e tudo o que elas compartilharam comigo foi muito especial. É um momento em que a gente se dá as mãos*", reforça.

Pela primeira vez, a mesma equipe de cobertura estará responsável tanto pelos desfiles de São Paulo quanto os do Rio. E como dar conta de quatro madrugadas seguidas de espetáculo? "*Vai ser uma maratona. Vamos precisar de muita energia, muita dedicação, cuidados com a saúde, mas o principal é que sejam quatro dias de diversão, tanto para os telespectadores quanto para nós.Como a gente trabalha com o que ama, fica tudo bem mais leve*", festeja Karine, que não poupa elogios a Alex e Milton.

"Não me preocupo com comparações porque elas são inspiração para mim."

"Nós fechamos uma trinca cheia de harmonia, é uma sintonia fina. Eu me sinto privilegiada por poder conviver com pessoas por quem tenho um carinho enorme. Estar com eles é sinônimo de sucesso!", celebra.

O ano ainda está só começando, mas Karine já tem planos bem definidos para os próximos meses. Depois da intensa cobertura de carnaval, a jornalista estará focada nos Jogos Olímpicos, que neste ano têm como sede a capital francesa, Paris. "*Amo demais viver os Jogos Olímpicos. É uma coisa que me realiza sempre. Eu estive nas Olimpíadas do Japão e espero estar também em Paris, gastando um pouco do meu francês!*", brinca ela. "*Depois da folia, é claro que precisa ter um momento de descanso para depois começar a pensar no desafio de levar para o telespectador tudo o que vai acontecer nos Jogos*", conclui Karine, animada com todos os seus desafios.

Com samba no pé e no coração, Karine Alves não esconde a empolgação de pilotar a cobertura do carnaval do Rio e de São Paulo pela primeira vez.

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

DANDARA MARIANA ABRAÇA
FORA DA AVENIDA, CARIOCA EXPLORA SEU LADO

por Fernanda Chaves

Nascida na família fundadora da escola de samba Capricho do Centenário, de Duque de Caxias, **Dandara Mariana** (35) tem o carnaval no DNA. Sua vida muda nesta época do ano, mas a atriz encontrou tempo para conversar com exclusividade com a CARAS. *"Quando vai chegando perto é um caos, mas é gostoso. Espero o ano inteiro para viver essa fantasia"*, afirma ela, que nos atendeu às 23h15 de uma sexta-feira, após um dia de muito trabalho. Depois de desfilar pelo Salgueiro e Unidos de Padre Miguel, a artista terá uma nova experiência na Marquês de Sapucaí, como uma das correspondentes da folia na Globo. Animada com o desafio, ela celebra as novas possibilidades em sua carreira.

– Você ama esta época do ano!

– Eu amo! Dá para a gente ser o que quiser, se vestir do que quiser e é muito bom colocar para fora, extravasar, é uma semana que você vai para a rua brincar, respeitando a tudo e todos. Carnaval é um momento de alegria, é sagrado e é profano, eu sempre digo isso.

"Carnaval é um momento de alegria, é sagrado e profano ao mesmo tempo."

– Você fez ensaio para a estilista Carol Rossato e encarnou mulheres que são referência, como Carmen Miranda e Frida Kahlo...

– Mulheres maravilhosas, duas referências. É impossível não se apaixonar por Frida e pela arte dela. Carmen também, a Pequena Notável. Sempre fico com isso na cabeça, ela era conhecida assim. Uma mulher de 1,50 m e com uma potência. Fiquei muito feliz de ter sido convidada pela Carol para representar essas mulheres. Mulheres importantes, atemporais, a arte delas ultrapassou o tempo, as gerações, deixaram legado.

– Seu carnaval este ano está diferente. Fale sobre ele.

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

NOVO DESAFIO CARNAVALESCO
APRESENTADORA AO FAZER COBERTURA DA FESTA

– Diferente e legal, é um desafio. Ter sido convidada para ser uma das integrantes dessa comissão de carnaval da TV Globo está sendo demais, porque nós visitamos os barracões de todas as escolas, tanto de São Paulo quanto do Rio, e é muito interessante, porque a gente tem uma aula de história em cada barracão, aula sobre o enredo que a escola vai contar, com os carnavalescos, enredistas, historiadores, para a gente entender o que vai acontecer na avenida, ter escopo para falar.

– Pensa em se dedicar mais a esse lado apresentadora?

– Eu não descarto nenhuma possibilidade dentro da arte, acho que é uma oportunidade que estão me dando e que eu estou amarradona em viver. Vai que... Não sabemos, né, estou deixando a vida me levar, mas jamais abandonaria a atuação, a dança, o canto, acho que tudo vai se complementando.

“Não descarto nenhuma possibilidade dentro da arte. Deixo a vida me levar.”

– Por causa desse trabalho você não vai conseguir desfilar. Como está o coração?

– Desfilar é uma adrenalina gigante, você vive um carrossel de emoções, mas esse novo desafio também tem sido muito bom. Este ano estou em outra perspectiva, estou fora da avenida, porque não tem como desfilar, mas estou feliz, estou curtindo viver isso. É uma nova experiência.

– Por não ir desfilar, relaxou mais nos cuidados com o corpo?

– Eu permaneço fazendo minhas atividades, porque amo treinar, treino o ano inteiro e não é uma questão estética, eu treino por saúde, por gostar mesmo. Eu gosto de suar, eu preciso fazer alguma atividade todo dia, me faz bem acordar e fazer ginástica, liberar endorfina. Adoro correr, fazer yoga, é bom para a mente.

No Rio, Dandara brilha em ensaio inspirada em duas referências para as mulheres: Carmen Miranda e Frida Kahlo. *“Elas são atemporais.”*

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

Habituée **da avenida do samba, desta vez a musa muda de posto. Ela está como apresentadora da cobertura carnavalesca na telinha da Globo.**

– E sua alimentação? É rigorosa ou se permite comer o que tem vontade?

– Eu sou supercomilona! Eu também malho para comer, eu prefiro malhar mais e não me limitar. E é lógico que a gente vai balanceando. Se esta semana acho que peguei pesado, vou dar uma segurada, é questão de equilíbrio, mas não me privo de comer um doce, um chocolate. Eu faço com moderação, mas também não consigo seguir uma dieta rigorosíssima.

– Como foi protagonizar a comédia romântica *União Instável*, da Netflix?

– Foi um filme muito gostoso de fazer, leve e que, ao mesmo tempo, tem uma mensagem linda. Fiquei muito feliz de trabalhar com o **Silvio Guindane**, com o **Dan Ferreira** e com todos, um elenco potente, preto e supercompetente. Fiquei feliz com o resultado desse filme, desse casal preto, bem-sucedido, que se ama, se respeita e respeita o tempo de cada um, aceita que o outro tem suas conquistas individuais... isso é valioso para o relacionamento.

“Nós somos dois atores, o que é ótimo, porque a gente conversa sobre isso.”

– Você e o seu namorado, Dhon, levam a relação assim?

– Claro! Nós somos dois atores, o que é ótimo, porque a gente conversa muito sobre isso. E é legal porque, durante o ano, tem um momento que a gente trabalha junto por conta da série *Encantado's*, então, a gente sabe que durante quatro meses vamos trabalhar juntos. É muito gostoso, porque faço *Encantado's* com o Dhon e com o meu pai (*o ator* ***Romeu Evaristo***), então fica tudo em família. Mas nós temos projetos individuais também e a gente vai se apoiando sempre.

– Assim como no filme, *Encantado's* também tem um elenco negro muito potente. Isso mostra que o audiovisual mudou e que bom que mudou!

– Se a gente pega dez anos atrás, que revolução estamos vivendo e que necessário! Disseram que não achavam a gente, que éramos poucos e você vê aí a quantidade de talentos e de

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

entregas. Isso é muito lindo, é emocionante de ver o que está acontecendo. Ver quantas histórias podem ser contadas e que nós precisamos ser protagonistas delas também.

– E isso deve dar mais gás para vocês: pensar que não vai ser tão difícil para você quanto foi para seu pai, por exemplo.

– Total! É saber que nós temos espaço, que a gente não está brigando por espaço, tem espaço para contar histórias que são a nossa cara, histórias que nos atravessam e que precisam ser vistas, precisam ser contadas. E que estão sendo contadas com maestria, porque nós temos artistas pretos absolutamente maravilhosos, competentes e bonitos de se ver, está muito lindo.

– Olha você aí, protagonizando um filme que está disponível em vários países.

– Fico muito emocionada com isso. Uma pessoa no Japão pode estar me assistindo. Isso é incrível, né? Acho que o *streaming* também abriu muito esse canal.

"Temos artistas pretos maravilhosos, competentes e bonitos de ser ver."

Quando a gente começou a ver no *streaming* a quantidade de protagonismo, de caras, de belezas, você vê que é limitador a gente manter o que vinha sendo feito há décadas. Essa abertura se deu com as plataformas, a própria Globo está nesse caminho, o mercado mudou, temos mais diversidade de canais, o que é ótimo, porque multiplicam as histórias, abre o mercado para novas caras, para novas direções.

– Quais são os seus planos para o pós-carnaval?

– Estou contratada da Globo, então, passando o carnaval, estreio a segunda temporada da série *Encantado's* e começo a gravar a terceira. A gente brinca nos bastidores: 'Será que vamos virar uma *A Grande Família*?' Será que vamos ficar juntos quantos anos? Tem sido muito legal fazer esse projeto, que é muito bem-feito, uma comédia moderna, é um grupo maravilhoso. E nada mais brasileiro do que uma série que se passa dentro de um supermercado que vira uma escola de samba.

"Uma pessoa no Japão pode estar me assistindo e isso é incrível."

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

DIVA DANIELA MERCURY BRILHA

CANTORA ESBANJA DISPOSIÇÃO E ARRASTA FOLIÕES

"Pureza do corpo e da mente para continuar com muita energia."

Em Salvador, Daniela canta com Ilê Aiyê e Margareth Menezes em festival e é convidada da Enxaguada de Yemanjá de Carlinhos Brown. A diva arrasta uma multidão de foliões pelas ruas do centro do Rio de Janeiro com o seu bloco especial. Em São Paulo, a baiana divide os vocais com o primogênito, Gabriel.

FOTOS: CELIA SANTOS

Ela não é chamada de rainha à toa. Os festejos de carnaval ganham tempero especial com performances da cantora **Daniela Mercury** (58), que se jogou em uma verdadeira maratona da folia nos dias que antecederam o feria-

"Festival histórico. É um honra estar com o Bloco Ilê Aiyê e a Margareth Menezes."

do. Em sua terra natal, Salvador, ela empolgou o público do Festival de Verão, recebendo convidados como o Bloco Ilê Aiyê e a cantora e ministra da Cultura, **Margareth Menezes** (61).

E o Sudeste não ficou de fora do

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

EM MARATONA PRÉ-CARNAVAL
EM ELETRIZANTES SHOWS ESPALHADOS PELO BRASIL

circuito. A rainha participou de tradicional festival de pré-carnaval na capital paulista. No evento, ela dividiu o palco com o primogênito, **Gabriel** (38). A baiana ainda fez a grande estreia de seu trio elétrico no carnaval carioca, arrastando milhares de foliões para as ruas do centro da cidade ao som de seus maiores sucessos. "*Que dia maravilhoso! Eu volto em 2025 e vai ser maior. Rio de Janeiro, eu te amo*", comemorou a estrela após o espetáculo inesquecível.

"Eu volto em 2025 e vai ser maior. Rio de Janeiro, eu te amo! Foi maravilhoso!"

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

ADELE EM LAS VEGAS
TURNÊ MUNDIAL VEM AÍ!

Fenômeno entre os shows fixos de Las Vegas, a diva **Adele** (36) pode mudar de endereço em breve. Durante uma de suas apresentações no Caesars Palace, a cantora deu a entender que está planejando nova turnê ao dizer que: *"Eu simplesmente não acho que vou escrever um álbum por um bom tempo, mas da próxima vez que eu fizer isso, que tiver um disco novo, eu encontrarei vocês onde quer que morem*", disse a cantora para o público. A última turnê mundial de Adele aconteceu entre fevereiro de 2016 e junho de 2017 e passou somente por países da Europa, além dos EUA e do Canadá. *"O último ano foi incrível e com resultados extraordinários na minha vida!"*, emendou ela.

KEVIN MAZUR/GETTY IMAGES

FORÇA DE LETICIA DATENA
JORNALISMO DE AUTOMOBILISMO

Única brasileira a cobrir o Rali Dakar, na Arábia Saudita, **Leticia Datena** (36), herdeira do apresentador **José Luiz Datena** (66), tem brilhado como repórter de automobilismo na Band. "*Ser apresentadora pelo quarto ano seguido é uma honra para mim. Eu amo meu trabalho. O automobilismo está crescendo no Brasil, existe muita gente que curte e segue...",* comemora ela.

FOTOS: FABRICIO PIOYANI/AGNEWS

ROMÁRIO FAZ 58 ANOS E GANHA CARINHO DE NEYMAR JR. NO RIO
EX-JOGADOR REÚNE OS HERDEIROS EM FESTA E CELEBRA SUA HISTÓRIA DE ÊXITOS

Todos os seis herdeiros do ex-jogador **Romário** participaram da festa em comemoração aos 58 anos do eterno ídolo dos gramados, no Rio. *"Tenho muito orgulho da minha história e sou grato por vivenciar momentos especiais, além de ter uma família maravilhosa"*, disse o anfitrião, ladeado pelos filhos, **Danielle** (26), **Isabella** (20), **Ivy** (18), **Monica** (33), **Romarinho** (30) e **Raphael** (21). Longe dos campos por conta de uma lesão, **Neymar Jr.** (31) fez questão de felicitar o amigo e acabou chamando atenção dos *haters* de plantão. O motivo? O craque estaria mudando sua forma física. *"Sem dor não há cura"*, disse ele, que tem lidado com pedidos de reconhecimento de paternidade.

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

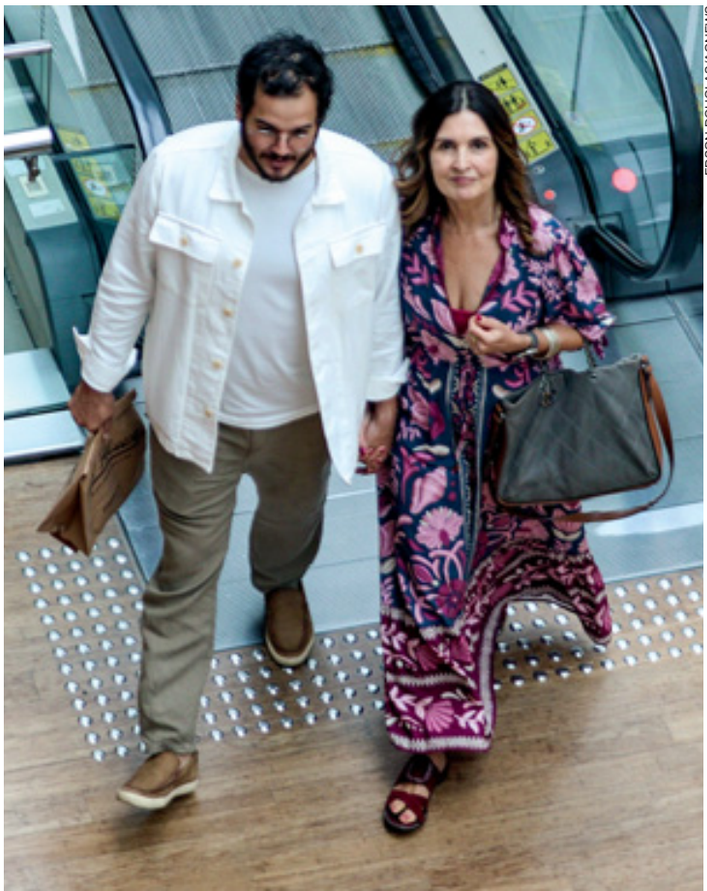
FOTOS: MARCELO NEJM

ENCONTRO MUSICAL
IZA, SANDRA E MARVVILA

Para festejar a inauguração de nova sede da Warner Music no Rio, um time de artistas da gravadora se reuniu em *pocket show* mais do que especial. Sob a curadoria de **Wilson Simoninha** (59), nomes como **Marvvila** (24), **Sandra de Sá** (68) e **IZA** (33) soltaram a voz na festa. *"Que alegria participar como o mestre de cerimônias desse show com talentosos amigos no palco e na plateia"*, destacou o cantor, herdeiro do saudoso **Wilson Simonal** (1938-2000).

FÁTIMA E SEU TÚLIO
CASAL FAZ PASSEIO

Sempre apaixonados, **Túlio Gadelha** (36) e **Fátima Bernardes** (61) não desgrudaram as mãos enquanto passeavam por shopping carioca. Depois do fim do *The Voice Brasil* e de sua saída do *Encontro*, Fátima, agora, se dedica ao programa *Assim Como a Gente*, no GNT.



EDSON DOUGLAS/AGNEWS

TONY HEFF/WORLD SURF LEAGUE VIA GETTY IMAGES)

FILIPE TOLEDO É HOMENAGEADO EM HONOLULU
SURFISTA CELEBRA COM ITALO FERREIRA E GABRIEL MEDINA

Considerado o melhor surfista do mundo na atualidade, o brasileiro **Filipe Toledo** (28) recebeu uma homenagem no WSL Awards, premiação voltada ao universo do surfe e realizada em Honolulu, capital do Havaí. "*É uma honra estar nesse palco e receber meu segundo troféu de título mundial ao lado de amigos, familiares e de competidores incríveis*", exaltou o surfista, que se encontrou com outros dois grandes nomes das ondas: **Italo Ferreira** (29) e **Gabriel Medina** (30). Os três se preparam para a competição Pipe Pro, também no Havaí. *"O foco sempre foi o mesmo, grato pela vida. Eu não mudaria nada"*, completou Filipe, que nasceu em Ubatuba e é bicampeão mundial de surfe.

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

No Rio, Renata celebra 25 anos de sua Equipe 10 ladeada por time de feras. Empresária quer investir no mercado de São Paulo neste ano.

FOTOS: LIBERADO JUNIOR

FÓRMULA DO SUCESSO DE RENATA COSTA

EMPRESÁRIA FESTEJA 25 ANOS DE ÊXITOS NO MERCADO DE EVENTOS

O rgulho e pioneirismo são as palavras que melhor definem a história de **Renata Costa** (44). Há 25 anos, a empresária iniciou uma jornada no universo dos eventos corporativos e, desde então, tem escrito um enredo recheado de conquistas. "*Costumo dizer que, graças a Deus, nunca deixei de seguir o meu coração e as minhas convicções. Comecei na empresa com 19 anos, no entanto, minha personalidade é forte e sempre corri atrás do meu protagonismo. Inúmeras pessoas achavam que eu era louca e, com o intuito de me protegerem de uma possível frustração, me desencorajaram. Contudo, o meu propósito sempre foi maior!*", destaca ela, que neste ano celebra Bodas de Prata da Equipe 10, empresa líder no mercado de eventos corporativos.

"Não deixei de seguir meu coração e minhas convicções. Meu propósito foi maior."

Com colaboração de um time de *experts* no assunto, Renata brinda os êxitos de sua empreitada de olho no futuro e promete alçar voos ainda mais altos. Para esse ano, a meta é entrar com força total no mercado de São Paulo. "*Nós somos diferenciados, porque não terceirizamos e fazemos a gestão. Estamos em um galpão com marcenaria, serralheria, tapeçaria, locação de mobiliário, palco, estrutura de* box truss, *áudio, vídeo, iluminação, criação de projetos e logística própria*", elenca ela, cujo lema de trabalho é transformar expectativas em realidade. "*É sobre proporcionar experiências únicas!*", resume Renata.

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

GRE
CCO

mobiliário sob medida

Beleza sob medida.
Qualidade em cada detalhe.

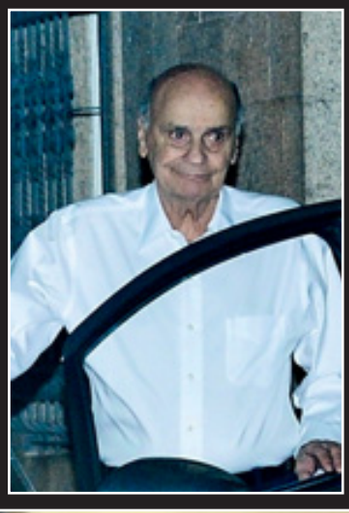
Nossos Endereços:
Av. Rebouças, 2t109 – SP
Al. Gabriel Monteiro da Silva, 1660 - SP

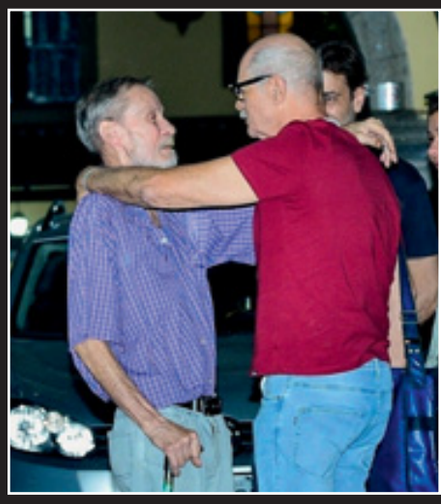
| greccoad | greccoad | **www.greccoad.com.br**

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

LUTO NA ARTE: PAÍS DIZ ADEUS

ATRIZ PERDE BATALHA CONTRA O CÂNCER E DEIXA





Lucas Martini, Drauzio Varella, Fabiana Karla, Marcos Caruso, Geraldo Martini e Regina Braga se despedem de Jandira. Acima com Elizabeth Savalla e Ary Fontoura.

FOTOS: EDUARDO MARTINS/AGNEWS/GLOBO

***"Tinha humor contagiante e muita lisura"* (Falabella)**

O universo da teledramaturgia se entristeceu com a morte da atriz **Jandira Martini**. Aos 78 anos, ela perdeu uma longa batalha contra um câncer no pulmão e faleceu em hospital de São Paulo, no último dia 29. Ao longo de mais de quatro décadas na televisão, além de uma carreira marcante no teatro, a veterana colecionava personagens icônicos como a Zoraide, de *O Clone*, trama exibida em 2001, na Globo. *"Tudo é uma questão de estudo"*, ensinava ela. Um de seus melhores amigos e parceiro teatral, **Marcos Caruso** (71) fez questão de homenagear a atriz.

"Minha maior amiga e prova de que opostos se atraem. Minha mestra." *(Caruso)*

"Jandira Martini, minha maior amiga e prova de que os opostos se atraem e se completam. Juntos escrevemos peças, roteiros de cinema, séries e novelas. Minha grande confidente, conselheira e responsável pelas minhas maiores gargalhadas. Minha mestra. Sabe quando você passa pela escola na qual você estudou e vê que o prédio foi demolido? É assim que me sinto com a sua partida", disse o ator, ainda abalado.

O velório, realizado na capital paulista, foi marcado por dor e tristeza. Por lá, além de Caruso, nomes como **Drauzio Varella** (80) e sua **Regina Braga** (78) e **Fabiana Karla** (48) deram seu

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

À VETERANA JANDIRA MARTINI
UM LEGADO SINGULAR NAS TELINHAS E NO TEATRO

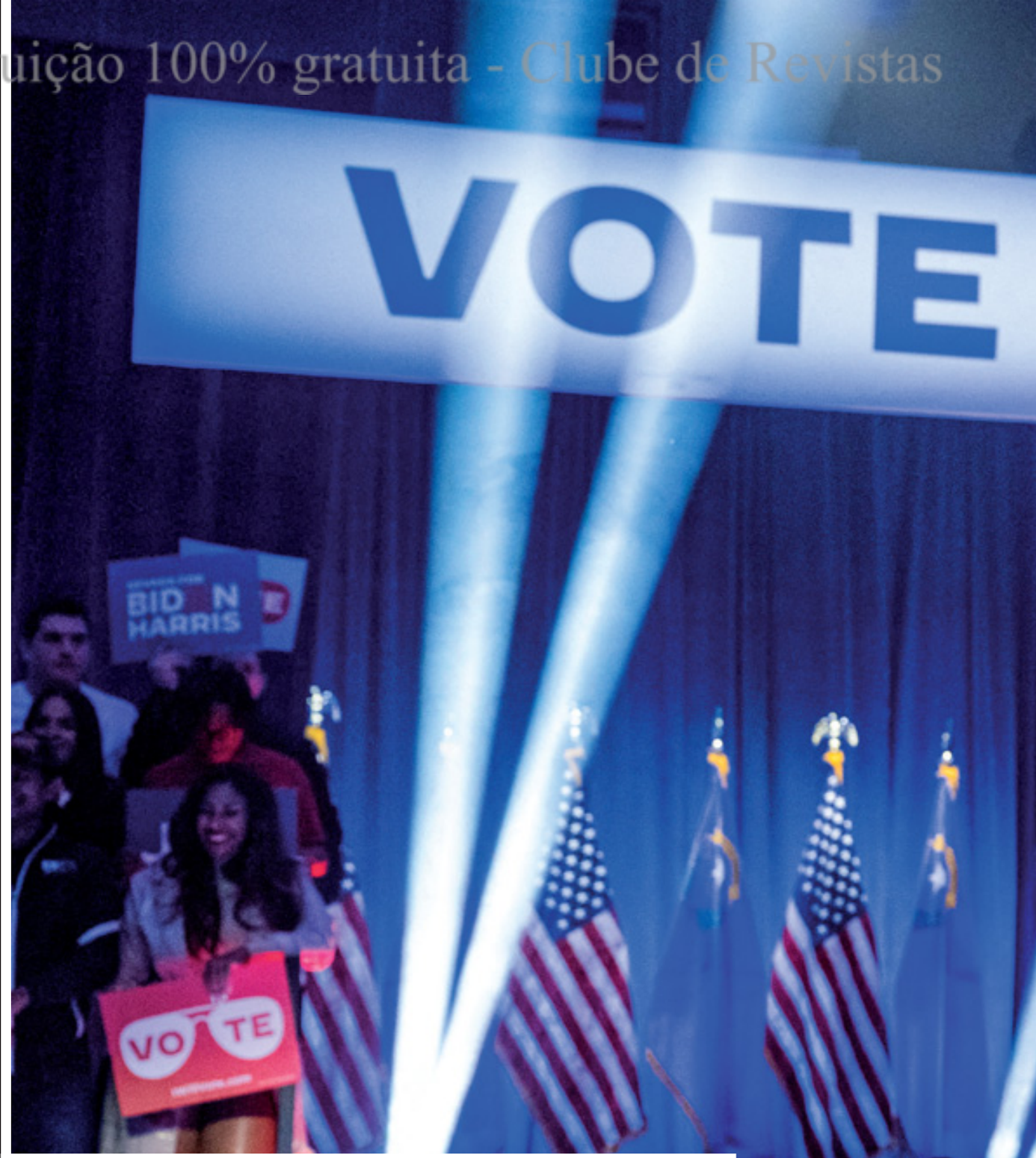
adeus à atriz. O ex-marido de Jandira, **Geraldo Martini**, de quem ela sempre se manteve próxima, e os dois filhos, **Fernanda** e **Lucas Martini**, também prestaram homenagens. "*Perdemos a extraordinária Jandira Martini. Atriz de grandes recursos, voz marcante, humor contagiante e lisura no trato com os colegas. Tive o privilégio de dirigi-la na novela* Sassaricando*, de* ***Silvio de Abreu****, há mais de 30 anos e guardo as melhores lembranças do nosso convívio. Descanse em paz! Meu respeito e admiração pela linda trajetória!*", lamentou o ator e diretor **Miguel Falabella** (67).

"Era uma artista gigante, talentosa e um ser humano ímpar." ***(Stênio)***

Além de atriz, Jandira também dedicou sua carreira a escrever, dirigir e produzir inúmeras peças de teatro, sendo uma entusiasta dos palcos. **Stênio Garcia** (91), com quem dividiu a cena em *O Clone*, também se despediu da amiga. "*Fui surpreendido com a notícia da nossa amiga muito amada e admirada por todos nós. Era uma artista gigante, mas, além disso, era um ser humano ímpar e uma cidadã que contribuiu por meio de seu talento para a cultura do nosso Brasil e eu posso dizer que o Tio Ali não saberia viver sem sua Zoraide*", disse o ator, citando seus personagens na trama.

O Brasil se despede de Jandira Martini, que colecionou personagens marcantes ao longo de toda a carreira como a Salomé, de *Morde e Assopra*, na Globo.

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas



FOTOS: GETTY IMAGES

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

JOE BIDEN INICIA A CORRIDA EM BUSCA DE SUA REELEIÇÃO

EM LAS VEGAS, O DEMOCRATA FALA SOBRE O PERIGO DE TRUMP VOLTAR

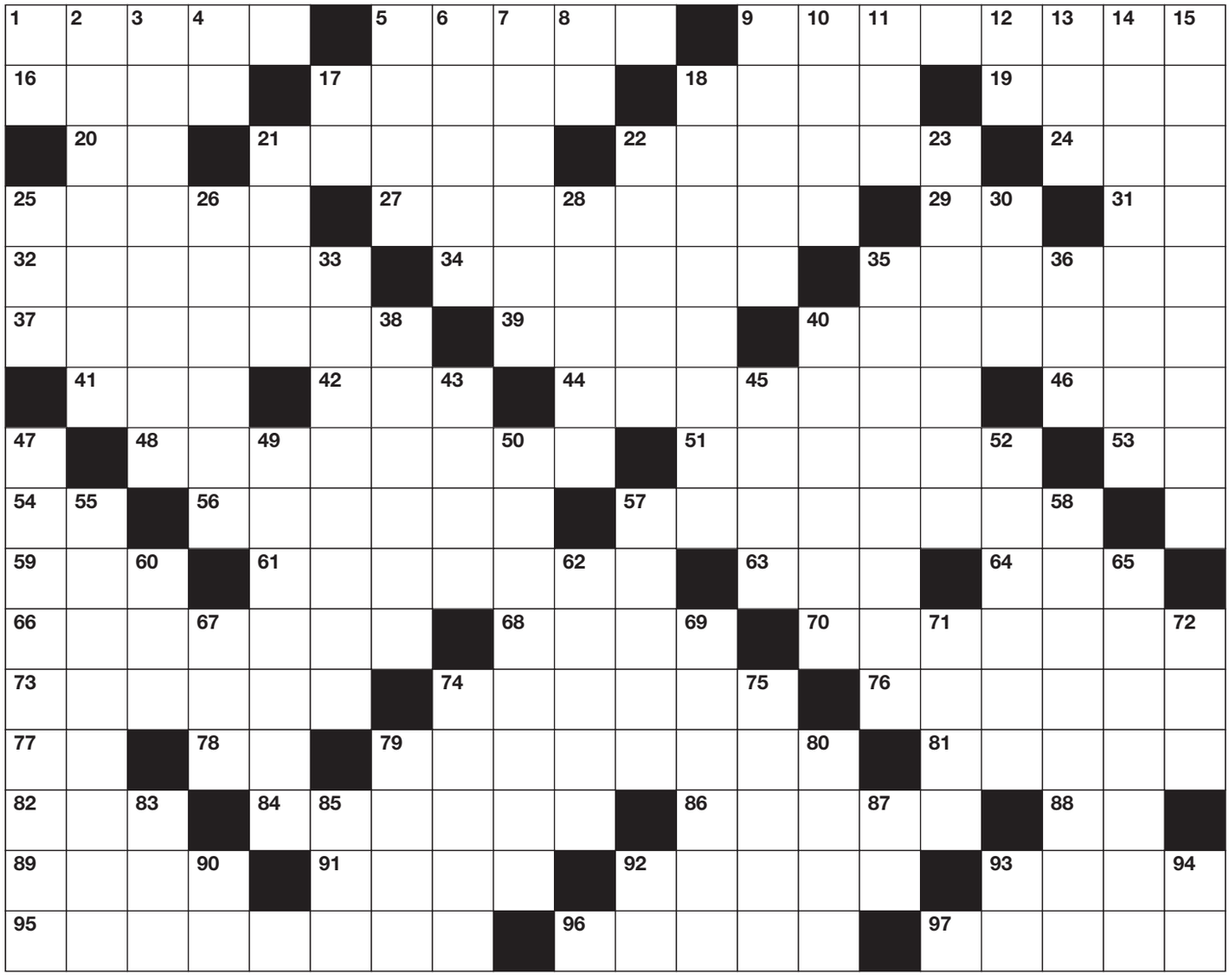
Foi dada a largada! O presidente dos EUA, **Joe Biden** (81), aterrissou em Las Vegas, no estado de Nevada, para fazer discurso de sua reeleição à Casa Branca. *"Temos que vencer. Dou a minha palavra a vocês, temos que vencer. Não há muita escolha aqui"*, disse o político. Apesar de os candidatos oficiais só serem anunciados pelos partidos no meio do ano, existe a possibilidade de Biden disputar a eleição com o ex-presidente **Donald Trump** (77). *"Há vozes extremas e perigosas em ação no país – lideradas por Trump – que estão determinadas a dividir a nação e nos levar para trás"*, emendou ele, que fez questão de saudar militares ao chegar à cidade.

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

CRUZADAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL



HORIZONTAIS

1. Destituir do cargo. **5.** Até logo! **9.** Rir. **16.** Espécie de mulo. **17.** Corais. **18.** Ação do filantropo. **19.** Utensílio da polícia científica. **20.** Abreviatura de Registro Geral. **21.** Cidade palestina. **22.** Item de segurança do carro. **24.** Ácido da aspirina. **25.** Marsupial semelhante ao urso. **27.** Aberto (um arquivo). **29.** Frequência de rádio. **31.** Iniciais do ator australiano Rod Taylor. **32.** Síndrome do sono. **34.** Muito pessoal. **35.** Aspirar. **37.** Figura do Carnaval brasileiro. **39.** Cômodo de casas. **40.** Haroldo de (...), radialista paranaense. **41.** Uma, em espanhol. **42.** Saudação proferida ao telefone. **44.** (...) Bôscoli, letrista da Bossa Nova. **46.** Oferece. **48.** Aquele que desrespeita a lei. **51.** Amparo a órfão. **53.** Consoantes de "rodo". **54.** Vogais de coar. **56.** Dedicar a Deus. **57.** Oriunda de. **59.** Sem conteúdo. **61.** Grande mudança. **63.** Extensão de arquivos de vídeo. **64.** Abreviatura de "Europa". **66.** Atitude. **68.** Prudência. **70.** Adequar. **73.** Acondiciona em pacotes. **74.** Em oposição a. **76.** Precede o inverno. **77.** Décima sétima letra grega. **78.** Sigla da capital mineira. **79.** Derrotado. **81.** Cobrem. **82.** Sufixo de "virada". **84.** Mosteiro. **86.** (...) Verissimo, escritor gaúcho. **88.** Iniciais do narrador esportivo Silvio Luiz. **89.** Daquele lugar. **91.** Caminho ladeado por árvores. **92.** (...) von Webern, compositor austríaco. **93.** Considerado. **95.** Envaidecer. **96.** Móveis do refeitório. **97.** Que têm forma elíptica.

VERTICAIS

1. Símbolo de decímetro. **2.** O continente da Suécia. **3.** Músico que inovou na arte de tocar violino. **4.** Ouro, em francês. **5.** Boba. **6.** Registro necessário ao corretor de imóveis. **7.** (...) de negócios: empresários. **8.** A carta-trunfo de vários jogos. **9.** Adiposo. **10.** Cauda de animal. **11.** Antigo altar de sacrifícios. **12.** (...) Cordobés, lendário toureiro. **13.** Fruto típico da caatinga . **14.** Móvel da sala de jantar. **15.** Investigado. **17.** A tecla "apagar" em calculadoras. **18.** Pedra preciosa brilhante. **21.** Trigueiro. **22.** Abrigo para idosos. **23.** Parte de cima do uniforme militar. **25.** Side-(...), veículo na lateral da moto. **26.** Cidade francesa da corrida de 24 horas. **28.** Ringo (...), baterista dos Beatles. **30.** O reino de Iemanjá. **33.** Mágoa. **35.** Inadequado. **36.** Rapaz, em inglês. **38.** Fábrica de telhas. **40.** Orgulhosa. **43.** A maior de todas as alianças militares. **45.** Vento brando. **47.** Ajudado. **49.** Faísca. **50.** A arte do discurso. **52.** Partidária. **55.** Ajeitar. **57.** *O Inferno de (...)*, filme dos EUA. **58.** Procedimento da Medicina Legal. **60.** Orquestra do Projeto Aquarius. **62.** Tratamento afetuoso de madrinha. **65.** Helena (...), atriz paulistana. **67.** Tecla de PCs. **69.** Regras estabelecidas. **71.** Registro jurídico. **72.** CD-(...): dispõe de recursos multimídia. **74.** Emprestar . **75.** A maior artéria humana. **79.** Parte da blusa. **80.** Neles vivem as piranhas. **83.** Abreviatura de "algarismo". **85.** Interjeição típica gaúcha. **87.** Iniciais do jornalista Carlos Nascimento. **90.** Hiato de "ciúme". **92.** Vogais de "patê". **93.** A babá eletrônica. **94.** Artigo masculino plural.

SOLUÇÃO DO NÚMERO ANTERIOR

J	A	L	E	C	O	■	O	P	E	R	A	R	■	M	A	C	I	A	■
A	R	I	D	A	S	■	P	A	T	E	T	A	■	E	M	E	N	D	A
R	E	M	O	R	S	O	■	R	E	C	E	M	■	D	E	M	A	I	S
R	A	P	■	D	E	N	T	A	R	I	A	■	D	O	M	■	T	A	N
A	R	A	R	■	O	D	I	N	■	B	R	I	O	S	■	S	O	R	O
■	■	■	R	E	C	■	A	N	O	T	O	■	L	O	■	J	A	■	■
L	E	■	M	A	E	S	T	R	O	■	S	E	R	H	U	M	A	N	O
A	D	D	A	M	S	■	A	M	A	P	A	■	S	E	D	U	T	O	R
P	E	D	R	I	T	A	■	A	R	A	R	A	■	M	O	R	E	N	A
A	R	T	E	S	A	N	A	L	■	J	A	M	A	I	C	A	■	O	L
■	■	■	M	A	■	E	T	■	P	E	C	A	R	■	A	I	D	■	■
D	A	M	A	■	G	L	A	C	E	■	O	R	O	S	■	S	E	B	O
R	P	A	■	D	I	O	■	A	N	A	T	O	M	I	A	■	V	I	C
A	T	R	A	I	R	■	C	I	S	N	E	■	A	M	E	R	I	C	A
G	A	T	T	A	I	■	F	R	I	T	A	S	■	O	R	A	D	O	R
■	S	A	I	D	A	■	C	O	L	E	R	A	■	N	O	D	O	S	A

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

Quadros Decorativos

ONLINE QUADROS

+ 20 Mil Obras na Galeria Online

www.onlinequadros.com.br

Aponte a câmera do celular para o QR Code e acesse nosso site.

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

REALIZAÇÃO DE CASAL DE INFLUENCIADORES

por **Daniel Palomares**

Conto de fadas da vida real! Após ficarem noivos em novembro do ano passado, os influenciadores **Lucas Rangel** (26) e **Lucas Bley** (31) já se mudaram para o seu castelo particular. Localizada na capital mineira, Belo Horizonte, a casa de 1 000 m² conta com quatro quartos, cinco banheiros, sala de cinema, cama elástica embutida no chão, área gourmet com uma cascata no teto e até mesmo um tobogã! "*Pedir em noivado e já se mudar para uma casa nova é coisa de filme! É a minha maior realização, nunca imaginaria conquistar isso tão jovem*", revela

"Pedir em noivado e já se mudar para casa nova é uma coisa de filme!"

Rangel, que acumula quase 23 milhões de seguidores no Instagram. Ele falou exclusivamente com CARAS em seu novo lar doce lar.

– Conta um pouco mais sobre essa nova casa?

– É uma grande conquista. É gratificante ver o que consegui por meio do meu trabalho. Tudo está do jeitinho que eu sonhava. Visitamos várias casas e nos apaixonamos por essa. É um lugar maravilhoso, tem muito verde, luz natural. Queríamos uma casa que fizesse sentido para a gente, que não nos cansasse e que tivesse uma decoração elegante. Acho que nem se eu quisesse encontrar um defeito, eu conseguiria.

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

UM SONHO PARA RANGEL E BLEY

FESTEJA NOIVADO E ABRE AS PORTAS DE NOVA CASA

Em Belo Horizonte (MG), Lucas Rangel e Lucas Bley, que juntos somam mais de 50 milhões de seguidores no Insta e no Tiktok, falam de amor.

Distribuição 100% gratuita - Clubes de Revistas

Após o noivado, realizado em novembro, Rangel e Bley se casam ainda este ano e prometem mostrar toda a preparação da festança para o público.

FOTOS: JOÃO PAULO PRAIS

– Qual o cantinho favorito?

– Bley ama o cinema! O meu preferido deve ser a sala principal, toda *clean*, bem **Kim Kardashian**!

– E o pedido de noivado?

– Sempre foi o sonho do Bley e eu brincava que ia pedir e não pedia nunca. Os nossos fãs até reclamavam e ficavam perguntando quando isso iria acontecer. Eu planejei desde setembro do ano passado. Queria algo mágico para a gente. Escolhi o Palácio Tangará, em São Paulo, onde anunciamos nosso namoro e comemoramos nosso aniversário. São muitas lembranças. Eu fiquei nervoso, mas deu tudo certo porque eu sabia que já estava pronto para isso!

“Tinha receio que me xingassem e virassem as costas por causa da minha sexualidade.”

– Como nasceu a história de amor de vocês?

– A gente se conheceu no final de 2020, no meio da pandemia, e começamos a interagir nas redes sociais. Depois de um mês conversando virtualmente, nos encontramos e nos apaixonamos. Nunca mais nos desgrudamos. Dois meses depois, ele já veio para Belo Horizonte e ficou por aqui. Foi louco, sobrenatural.

– Planejam o casamento?

– Não temos nada preparado, mas queremos algo mais intimista. O legal vai ser que todo mundo vai conseguir acompanhar, porque gravaremos todo o processo, nós queremos lançar uma série no meu canal do YouTube mostrando todos esses preparativos.

– Infelizmente, ainda existe preconceito no nosso País. Isso afeta vocês? Como lidam?

– Eu e o Lucas, na verdade, nunca passamos por muito preconceito e esse era um grande

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

Os dois se encantaram pelas áreas verdes da nova residência. A casa possui quatro quartos, além de sala de cinema, cama elástica embutida no chão e até tobogã.

"Acho errado a generalização de pensar que meu trabalho é fácil."

medo meu antes de contar ao mundo sobre a minha sexualidade. Tinha receio que me xingassem, virassem as costas para mim, deixassem de me acompanhar. Mas foi totalmente diferente. Fomos totalmente abraçados. Isso é importante porque significa mais representatividade com mais casais homoafetivos na mídia. Nós é que vamos ajudar a diminuir esse preconceito. Eu acho que essas coisas não me afetam tanto porque não dou espaço para isso me afetar.

"Não imaginava que chegaria aonde cheguei, mas é um mérito meu."

– Lembra-se do começo na internet? Imaginava chegar aqui?

– Meu começo na internet foi muito louco porque aconteceu há dez anos. Não tinha muitos exemplos e referências. Fui um dos pioneiros. Fazia por diversão. Não tinha ideia de que não faria faculdade e seguiria por esse caminho. É algo que ainda está em construção. É um constante aprendizado. Não imaginava que chegaria aonde eu cheguei, mas entendo que é um mérito meu. Eu não duvido da minha capacidade.

– Incomoda-se com tanta exposição nas redes? Qual a ideia mais errada que o público tem dos influenciadores?

– Um problema de expor sua vida é ter sua intimidade invadida. Mas tem que aprender a lidar. Acho errado essa generalização de achar que meu trabalho é fácil, é fútil, que não envolve esforço, isso me irrita um pouco.

– Qual a sua maior realização?

– Essa casa nova! Ainda tenho o sonho de ser pai e de ter uma casa fora do Brasil. Este ano tenho projetos de séries e *realities*. Mas o primeiro projeto é o casamento. Até o fim do ano, com certeza.

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

FOTOS: AGNEWS

O AFINADO ELENCO DE *RENASCER*
DUDA E SOPHIE FESTEJAM PERSONAGENS

Cada vez mais entrosado, o elenco do *remake* global *Renascer* se reuniu em uma casa de festas carioca para festejar o sucesso da trama. Intérprete de Eliana, a atriz **Sophie Charlotte** (34) marcou presença e falou de sua personagem, vivida pela atriz **Patricia Pillar** (60) na primeira versão. *"É um papel que traz questionamentos, ela não é óbvia"*, destacou Sophie. Na pele de sua primeira protagonista nas telinhas, **Duda Santos** (22) não escondeu a alegria diante da estreia. *"Maria Santa foi um presente. Eu guardo comigo aprendizados para a vida toda, relações para a vida toda. Uma alegria gigante poder fazer parte desse projeto lindo"*, disse.

OSMAR PRADO NOS PALCOS
ESTREIA COM MAURÍCIO MACHADO

Depois de dez anos longe do teatro, o ator **Osmar Prado** (76) vai estrear a peça *O Veneno do Teatro*, ao lado de **Maurício Machado** (46), em SP. *"Eu estou muito feliz"*, frisou Maurício. O texto é do dramaturgo espanhol **Rodolf Sirera** (75).

PRISCILA PRADE

GETTY IMAGES

ATORES LEVAM DRAMA A LONDRES
MASTERS OF THE AIR PROMOVE TALENTOS

Sob forte expectativa, a série americana *Masters of the Air*, um drama que retrata a Segunda Guerra Mundial, ganhou chuva de aplausos em sua estreia, em Londres, na Inglaterra. Idealizada por **Steven Spielberg** (77) e já disponível no catálogo da Apple TV+, a produção contou com o ânimo do elenco durante a *première* europeia. No red carpet, os atores **Callum Turner** (33), **Austin Butler** (32), **Barry Keoghan** (31), **Anthony Boyle** (29), **Nate Mann** (31) e **Raff Law** (27) se destacaram ao lado do produtor executivo **Gary Goetzman** (71) e do coprodutor executivo e escritor **John Orloff** (57).

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

GETTY IMAGES

DWYANE WADE: ESTILO ALÉM DA QUADRA

APOSENTADO, ELE APOSTA EM NOVOS NEGÓCIOS

Ícone do basquete, o ex-jogador **Dwyane Wade** (42) segue fazendo sucesso mesmo fora das quadras. Aposentado desde 2019, após 16 anos como atleta profissional ele se tornou um empresário de sucesso em diferentes ramos e imprime estilo por onde passa. Recentemente, Wade afirmou que está em melhor forma do que quando ele estava jogando. *"Eu era muito musculoso naquela época, mas não cuidava do meu corpo da forma como deveria. Acho que não tinha o conhecimento para isso. Hoje, por exemplo, eu tenho preocupação maior com os treinos para o bem-estar. Eu entendo a importância disso em minha vida"*, declarou ele, em Nova York. Vaidoso, Wade também foi um dos primeiros jogadores da NBA a participar de uma semana fashion. "*Sempre gostei de moda!"*, confessou. Em breve, ele ganhará estátua no ginásio do Miami Heat, franquia onde conquistou três vezes a NBA.

CACAU PROTÁSIO ENTRA NO RITMO DO CARNAVAL

MUSA DA SALGUEIRO, ELA ENSAIA COM NANDO E THALITA

Eleita musa da Acadêmicos do Salgueiro, a atriz **Cacau Protásio** (48) desfilou ritmo e beleza e se divertiu durante o ensaio técnico que aconteceu na quadra da escola, no Rio. Com o ator **Nando Cunha** (57) e a rainha de bateria da Unidos de Padre Miguel, **Thalita Zampirolli** (34), Cacau celebrou a oportunidade de realizar um sonho antigo: poder desfilar na Sapucaí. *"Meu sonho era ser passista, mas não tinha essa possibilidade, pois não tinha passista gorda. Eu não sonhava em ser rainha naquele tempo, não tinha esse glamour, muito menos musa. Antes, as musas eram chamadas de destaque de chão"*, relembrou a atriz. *"Quero fazer bem bonito, a emoção e a ansiedade já estão grandes"*, revelou ela, com samba no pé.

ANDERSON BORDE

PERFIL

Fundador da edição original: Jorge Fontevecchia. Caras é editada na Argentina, Brasil, Portugal e Uruguai.
Presidente: Luis Fernando Maluf.
Vice-Presidente: Wardi Awada.
Diretor Corporativo: Márcio Maffei.
Finanças e Controle: Filipe Medeiros.
Marketing e Circulação: Luciana Romano.
Marketing Publicitário: Lana Bitu.
Diretor de Publicidade: Willian Hagopian.
Internet: Tomás Rocha Sampaio.
Conteúdo digital: Ademir Correa.

CARAS **Lançada em 1993**

Editor-Chefe: Fabricio Pellegrino; **Subeditora:** Tamara Gaspar (SP); **Redação:** Mariana Silva. **Revisão:** Hellen Ribeiro; **Editor de Arte:** Gustavo Henrique Mendes: **Fotografia:** Tainara Amaral; **Prepress:** Emerson Cação: **Publicidade:** Conceição Augusto, Wagner Santos; **Opec:** Meire Mariano e Vania Almeida; **Tecnologia:** Victor Fontes e Ricardo Jota; **Colaboraram nesta edição:** Daniel Palomares e Fernanda Chaves (Reportagem); Alana Sala (Design); Samanta Ribeiro Brassoli (Foto).

Para assinar ou resolver os assuntos relativos à sua assinatura, acesse: www.assineclube.com.br
Se preferir ligue: São Paulo: (11) 3512-9479 - Rio de Janeiro: (21) 4063-6989. Belo Horizonte: (31) 4063-8156. Segunda a sexta-feira das 9h às 18h. Para direitos de reprodução dos textos e imagens de CARAS, email para: **licenciamento@caras.com.br**

Redação e Correspondência
SÃO PAULO: Av. Eusébio Matoso, 1.375, 5º andar, Pinheiros, CEP 05423-180, SP, Brasil; **Publicidade**: Tel. 2197-2104/2122

CARAS (ISSN 0104-396X) é uma publicação semanal da Perfil Brasil. **Edições anteriores**: Solicite ao seu jornaleiro pelo preço da última edição em bancas, mais despesa de remessa; sujeito a disponibilidade de estoque. **Distribuída na Grande São Paulo pela BrancaLeone Distribuidora. No Grande Rio pela Apache Logística** e para as demais regiões do Brasil, **pela Ediouro Publicações. CARAS** não admite publicidade redacional. A **CARAS** informa que não realiza cobrança telefônica de débitos pendentes e não aplica qualquer tipo de multa em virtude de cancelamento de assinatura. Todos os nossos boletos são emitidos através do banco Santander em nome da Perfil Brasil. Em caso de dúvida, ligue para nós.

NOTA DO EDITOR I: Ninguém está autorizado a, em nome da revista CARAS, propor a realização de eventos, viagens e/ou qualquer tipo de promoção. Recomendamos confirmar todo contato em nossos escritórios.

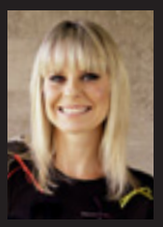
NOTA DO EDITOR II: A CARAS agradece a todos aqueles bem-intencionados que fazem chegar presentes e convites pessoais a seus funcionários, mas informa que, pela nova política da casa, os presentes serão direcionados a pessoas carentes e os convites não poderão ser aceitos: neste caso, todas as propostas de viagens devem ser de caráter profissional e direcionadas à Superintendência da revista para tomada de decisão. A revista CARAS não está autorizada a fornecer endereços, números de telefones nem quaisquer outras informações pessoais dos famosos.

Editora Responsável
Wardi Awada

Impressa na Referência Gráfica e Editora:
Rua: François Coty, 228
São Paulo - SP, CEP: 01524-030
ANER

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

MODA



READY TO WEAR – SPRING 24 COUTURE | PARIS

Por **Paula Martins**
@paulamartins_oficial

DIOR

O valor de uma coleção atemporal!

A sobriedade destacada por toda a técnica irrepreensível se tornou um símbolo da alta-costura praticada pela renomada estilista italiana **Maria Grazia Chiuri** (59). Simples, mas jamais com o predicado de simplória, a coleção foca em uma estética mais voltada para a feminilidade com uma referência cinquentista – marcada pelos vestidos de comprimento médio, cortes mais acinturados e com saias de uma modelagem levemente aberta, quase conservadora, mas pontuada por nuances de força encontrada especialmente na paleta mais adulta, nos toques discretos de utilitarismo e na clássica alfaiataria contemporânea que traz o toque de sofisticação atualizada e muito potente ao universo delicado e discreto montado pela estilista. Jaquetas acinturadas e estruturadas que fazem alusão à famosa Bar Jacket, um dos primeiros modelos desenhados pelo consagrado estilista francês **Christian Dior** (1905-1957) e que revolucionou a estética pós-Segunda Guerra, vêm com a região do busto marcada, o que denota a intenção de adicionar sensualidade à coleção, percebida também pelas blusas e vestidos transparentes e pelos decotes acentuados. A densidade necessária para o romantismo predominante da coleção é encontrada nos materiais com aspectos mais robustos, nos tons profundos, na rica texturização delicadamente ondular de plissados e nervuras e nos bordados tão precisos como arrebatadores aplicados em vestidos imponentes, saias de *shape* aberto e blusas de manga longa. *"O feminismo é algo que ninguém deve esquecer, é um momento inclusivo, no qual a vontade é de se tornar verdadeiramente participativa. E nisso nós, mulheres, juntas, devemos desenvolver nosso próprio ponto de vista seguindo os modelos que aceitamos e que são os mais corretos"*, já disse a estilista, sobre a força feminina.

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

A cintura marcada foi a silhueta predominante dos looks! Os tecidos robustos são destaque.

FOTOS: GETTY IMAGES

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

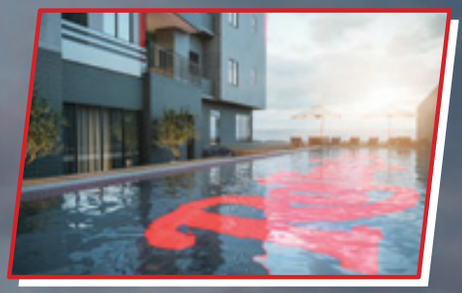
RollingStone BUILDING

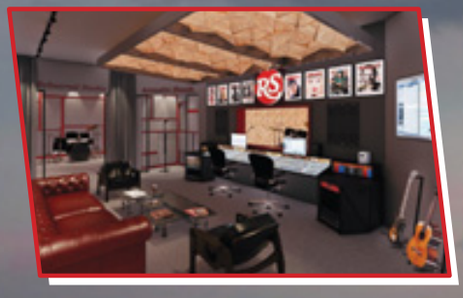
BY POTI JUNIOR'S S/A CONSTRUTORA E INCORPORADORA

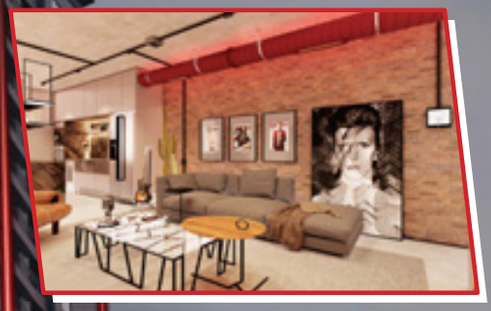
Um show à parte!

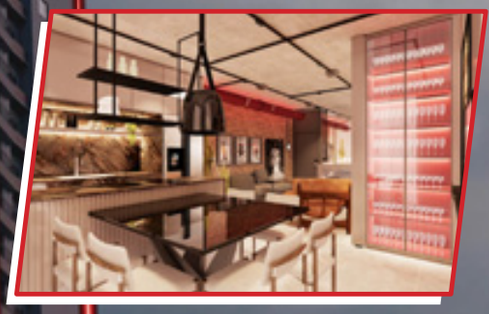
Apartamentos de **85m²** a **111,50m²** com 2 ou 3 suítes

Único no mundo, o revolucionário empreendimento residencial fica em Porto Belo (SC)









More ou **invista** na região mais **valorizada** do país. Direto com a **construtora**.

São **3.477,55m²** de área de lazer

4 espaços coworking • estúdio e cabine de gravação • loja de conveniência • quadra pickeball • brinquedoteca com piscina de bolinha e playground • espaço gourmet e fire place • piscina aquecida adultos • piscina infantil / prainha • redário • sauna úmida e seca • 2 salões de festas • academia • 3 vestiários • pub • adega climatizada • área para degustação de whisky e muito mais

SAIBA TUDO

construtorapotijuniorssa.com.br | @potijuniorssa | @rollingstonebr

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

COZINHA DE CARAS

ARROZ JASMIM

Conhecido também como arroz tailandês ou arroz aromático, o arroz jasmim (*khao hom mali*, em tai) é originário da Tailândia. O seu nome homenageia o perfume da *hom mali*, variedade de jasmim muito apreciada no país. Pertence a um grupo também conhecido como "arroz aromático", que inclui o arroz *basmati*, cultivado no Paquistão e na Índia, e outras variedades. Hoje, as subvariedades do jasmim são cultivadas em vários países, incluindo o Brasil, mas a sua qualidade é inferior, já que os plantados no nordeste da Tailândia são tidos como os melhores. O arroz jasmim é o item mais importante na alimentação dos tailandeses, tanto que eles dizem "*kin khao*" (comer arroz) quando querem se refe rir a "fazer uma refeição". Seu aspecto cultural manifesta-se em todo o idioma e representa um símbolo de identidade nacional. Quando as pessoas se encontram, usam uma frase de cortesia para saber se está tudo bem — algo do tipo "já comeu arroz hoje?" Como o arroz jasmim é mais caro, pelo fato de ser menos produtivo do que o arroz comum, mesmo na Tailândia é reservado a dias especiais. Seu sabor, que lembra um misto de manteiga com a pipoca, é atribuído à alta quantidade da substância aromática 2-acetyl-1 pyrroline, encontrada em todos os tipos de arroz, mas ressaltada no jasmim. Considerado o rei dos arrozes, é o preferido dos gourmets. O seu grão é longo, fino e translúcido. Seu aroma exala assim que é aquecido. Na Tailândia, o arroz jasmim não costuma ser ingrediente de receitas. Ele é valorizado puro. Mas várias combinações em pratos doces e salgados podem ser preparadas sem mascarar as suas melhores características: o aroma e o sabor. Vale a pena experimentar essa iguaria.

Receitas, produção e food style: *Maria Luiza Ferrari e Maria Clara Ferrari (assistente de produção).*
Pesquisa de texto e informações nutricionais: *Neide Rigo, nutricionista.*

SHUTTERSTOCK

SAÚDE

É bom para
Ser combinado c/ leguminosas, pois juntos fornecem boa quantidade de proteínas de ótima qualidade, equivalentes às encontradas nos alimentos de origem animal.

É ruim para
Portadores de obstipação intestinal – devem evitar o arroz branco e preferir o integral, que tem fibras; quem faz regime para emagrecer tem de consumir com moderação.

FICHA TÉCNICA

100 g de arroz jasmim contém:	Vit. B1 - 0,12 mg
	Vit. B2 - 0,02 mg
	Niacina - 1,5 mg
Calorias - 361 kcal	Cálcio - 8 mg
Proteínas - 6,1 g	Fósforo - 65 mg
Gordura - 0,7 g	Potássio - 113 mg
Fibras - 0,8 g	Sódio - 31 mg

COMO SE ESCOLHE

O arroz jasmim brasileiro pode ser encontrado em supermercados. Já as marcas tailandesas são adquiridas em mercearias de produtos asiáticos, nos supermercados dos grandes centros urbanos com uma grande linha de importados ou em mercearias de artigos finos. Embora, na aparência, o arroz seja muito semelhante ao agulhinha, é insubstituível na textura, no aroma e no sabor. O aroma é mais intenso quando o seu grão é novo – portanto, escolha de preferência produtos que apresentem prazo de validade mais distante. Observe se a embalagem está intacta e se não existem sinais de inseto dentro dela.

COMO SE PREPARA

É mais macio, úmido e pode ser cozido com menos água. Ferva 1 e ½ xíc. de água com 1 col. (c) de sal. Junte 1 xíc. de arroz, abaixe o fogo, tampe e cozinhe até secar. Apague o fogo. Panela fica tampada mais 10min. antes de servir. Pode ser cozido também em bastante água. Coloque 1 litro de água numa panela com 1 colher de sobremesa de sal. Ao ferver, ponha 1 xíc. de arroz, cozinhe por 10 min., escorra, devolva os grãos à panela e tampe. Espere 10min. Microondas: ferva 1 e ½ xíc. de água e coloque num recipiente próprio, com 1 xíc. de arroz e 1 col. (chá) de sal. Tampe. Cozinhe em potência alta por 15min. Espere de 5/10min para servir.

MINHA RECEITA

Roberto Rabello (florista)

Esse é o *Arroz de Jasmim ao Leite de Coco*. Na panela, eu coloco 1 xícara de (chá) de arroz jasmim, 1 e ¼ de xícara de (chá) de leite de coco, 1 e ¼ de xícara de (chá) de água, 1 folha de louro para dar aquele aroma e sabor especiais e sal a gosto. Com os ingredientes na panela e em fogo alto, eu vou mexendo até levantar fervura. Assim que levantou fervura, eu baixo o fogo e tampo a panela. Então, deixo o arroz jasmim cozinhar até que fique sequinho. É importante ficar atento para não queimar e grudar no fundo da panela. É só esperar 10 minutos e se deliciar!

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

LIGHT

COM PEITO DE FRANGO, ABACAXI E LICHIA

Lave o arroz. Escorra. Cozinhe-o na água, fogo baixo, 10 min. Reserve. Ponha as fatias de abacaxi em assadeira antiaderente. Asse no forno, virando-as, até dourar, 2 lados. Retire. Reserve. Aqueça o óleo. Doure alho (3 min). Junte cubos de frango. Pingue água e mexa até cozinhar e dourar. Some molho de soja. Reserve. Misture suco de abacaxi c/ sal e azeite. Tempere a acelga. Incorpore o arroz e o frango.

Para 4 porções: ½ xícara de arroz jasmim, 1 xícara de água, 4 rodelas de abacaxi, 3 col. (chá) de óleo de gergelim, 3 dentes de alho picadinhos, 300 g de peito de frango em cubos, ½ col. (sopa) de molho de soja, 2 e ½ col. (sopa) de suco de abacaxi, 1 e ½ col. (chá) de sal, 2 col. (chá) de azeite, 4 xícaras de acelga higienizada, lavada e seca, fatiada à juliana, 12 lichias e folhinhas de acelga (enfeitar).

RÁPIDA

SOPA ASIÁTICA

Cozinhe aipo no caldo de peixe. Escorra. Reserve caldo e despreze aipo. Aqueça azeite. Refogue a cebola, mexendo por 3 min. Junte alho, sal, arroz jasmim, caldo de peixe e capim-limão. Cozinhe 10 min. Ponha o *nam pla* e a lula. Cozinhe mais 5 min. Some camarões, polvo, mexilhões. Ferva 5 min. Retire o capim-limão.

Para 4 porções: 1 xíc. de aipo fatiado, 1 litro de caldo de peixe, 3 col. (sopa) de azeite, 2 col. (sopa) de cebola picada, 2 dentes de alho picadinhos, 3 col. (chá) de sal, ¼ de xíc. de arroz jasmim lavado e escorrido, 4 pedaços de 10 cm de capim-limão, 2 e ½ col. (sopa) de *nam pla* (molho de peixe fermentado), 1 e ½ xíc. de lula picada, 8 camarões médios, 8 polvos pequeninos, limpos, 12 mexilhões e use 3 col. (sopa) de salsa picada e salsa crespa para enfeitar o prato.

ECONÔMICA

CREME AO SABOR DE LIMÃO-SICILIANO

Misture arroz e água morna. Tampe. Reserve (1 h). Ponha arroz e água na panela. Junte leite. Cozinhe (10 min). Some açúcar. Cozinhe (10 min). Ponha creme de leite. Cozinhe (3 min). Retire do fogo. Deixe esfriar. Leve à geladeira p/ resfriar. Faça creme de limão. Ferva s. de limão, açúcar e gema, mex. por 3 min. Incorpore manteiga. Leve à geladeira p/ resfriar. Faça o *zester*. Ferva açúcar c/ água e tirinhas limão até ficarem transparentes. Sirva creme arroz c/ s. limão.

Para 4 porções: 1 xíc. de arroz jasmim lavado e escorrido, 1 xíc. de água morna, 3 xíc. de leite, 1 e ½ xíc. de açúcar, 2 xíc. de creme de leite fresco. Molho: 1 xíc. de suco de limão-siciliano, 1 xíc. de açúcar de confeiteiro, 8 gemas passadas por peneira, 3 col. (sopa) de manteiga. *Zester*: ¾ de xíc. de açúcar cristal, ½ xíc. de água, 5 col. (sopa) de tiras finas da camada externa do limão-siciliano.

GOURMET

COZIDO EM ÁGUA DE COCO AO LAGOSTIM

Aqueça óleo de soja em uma panela. Refogue a cebola e o alho, mexendo (3 min). Some arroz, mexa 10 min. Junte água, folhas de lima e água de coco. Abaixe o fogo. Cozinhe p/ 8 min. Tempere arroz c/ cúrcuma, leite de coco, 6 col. (s) coco ralado, sal, pimenta, coentro. Reserve. Tempere lagostins c/ sal grosso. Grelhe-os no óleo de amendoim. Sirva lagostim e arroz coberto c/ coco ralado restante.

Para 4 porçoes: 1 e ½ col. (s) de óleo de soja, 1 xíc. cebola e 2 alhos pic., 1 xíc. arroz jasmim lavado e escorrido, 2 xíc. de água, 2 folhas de lima-da-pérsia, 1 xíc. de água de coco, 3 col. (c) de cúrcuma, ¼ de xíc. de leite de coco, 8 col. (s) coco ralado, 3 col. (c) de sal, 1 col. (c) de pim.-do-reino branca moída, 2 col. (s) de coentro pic., 16 lagostins, ½ col. (c) sal grosso moído, 1 col. (s) óleo de amendoim. Coentro enfeita.

FOTOS: ANDRÉ CTENAS

ATENÇÃO: 1 COLHER DE SOPA: 15 ML — 1 COLHER DE CHÁ: 5 ML — 1 XÍCARA (CHÁ): 240 ML

Distribuição 100% gratuita - Clube de Revistas

O Poder da Cúrcuma na sua rotina de cuidados com a pele!

Distribuição 100% digital

Estrutura & Excelente Localização

Rua Quintana, 1012 - Brooklin - São Paulo/SP

vendas.tber@transamericagroup.com.br

Reservas: (11) 5508-5000 htberrini

HT Berrini

CLUBE DE

REVISTAS

Entre em nosso grupo no Telegram t.me/clubederevistas

Clique aqui!

Tenha acesso as principais revistas do Brasil de forma gratuita!